

মরণ ছোয়া



মূল লেখকঃ মাস্টার হেই লং
অনুবাদকঃ মুসয়াব

সূচিপত্র

ভূমিকা

অধ্যায় ১ঃ প্রাথমিক লক্ষ্যবস্তু

অধ্যায় ২ঃ প্রতিপক্ষের শারীরিক বৈশিষ্ট্য

অঞ্চল ১

অঞ্চল ২

অঞ্চল ৩

অধ্যায় ৩ঃ আত্মরক্ষামূলক প্রাণঘাতী কৌশল

কৌশল ১

কৌশল ২

কৌশল ৩

কৌশল ৪

কৌশল ৫

অধ্যায় ৪ঃ সমাপ্তি কৌশল

কৌশল ৬

কৌশল ৭

কৌশল ৮

অধ্যায় ৫ঃ নিকটবর্তী হত্যা

কৌশল ৯

কৌশল ১০

কৌশল ১১

কৌশল ১২

শেষ কথা

সতর্কবাণী

এই বইয়ে বর্ণিত কৌশলগুলো আত্মরক্ষার মারাত্মক এবং প্রাণঘাতী পদ্ধতি। অতএব, এই বইটি কোনো প্রশিক্ষণ নির্দেশিকা নয়। এটি শুধুমাত্র তথ্য প্রদানের উদ্দেশ্যে দেওয়া হয়েছে। এখানে প্রদত্ত তথ্যের ব্যবহার বা অপব্যবহারের জন্য লেখক বা প্রকাশক কেউই কোনো দায়ভার গ্রহণ করবে না।

ভূমিকা

মৃত্যু যেমন জীবনের একটি বাস্তবতা ঠিক তেমনই ইচ্ছাকৃতভাবে হত্যা করাও জীবনের একটি বাস্তবতা যদিও এটি নৈতিক মানদণ্ডের পরিপন্থী মনে হতে পারে। কখনো কখনো একজন মানুষ বাধ্য হয় নিজে নিহত হতে অথবা অন্য কাউকে হত্যা করতে। আর কখনো কখনো পরিবার, দেশ, এমনকি ন্যায়বিচারের স্বার্থে একজন মানুষকে হত্যা করার সিদ্ধান্ত নিতেই হয়।

প্রতিটি মানুষের স্বাভাবিক ও সভ্য হৃদয় হত্যাকে ভুল বলে মনে করে। ইচ্ছাকৃতভাবে অন্য মানুষকে হত্যা করতে হলে মনস্তাত্ত্বিক স্তরের প্রস্তুতির পাশাপাশি নিবিড় শারীরিক প্রশিক্ষণের মাধ্যমে অর্জিত প্রস্তুতিরও প্রয়োজন হয়। এখানে মনস্তাত্ত্বিক স্তরের প্রস্তুতির কোনো প্রচেষ্টা করা হবে না, কারণ এই বইয়ে বর্ণিত কৌশলগুলো যদিও নৃশংসভাবে প্রাণঘাতী ছাড়া আর কিছুই নয়, তবুও মানব জীবনের প্রতি চরম অবহেলা শেখানোর কোনো উদ্দেশ্য এখানে নেই। সকল জীবনই মূল্যবান, কিন্তু এমন সময় আসে যখন একজন মানুষকে তরবারি হাতে তুলে নিয়ে অন্য মানুষের উপর ধ্বংসযজ্ঞ চালাতে হয়।

আপনার কাজকে ন্যায্যতা প্রমাণ করার দায়িত্ব আমার নয়। আপনি জানতে পারবেন যেমন আমি জেনেছি, কখন এবং কোথায়, কোন সময় ও স্থানে অন্য একজন মানুষকে হত্যা করার দাবি বা ন্যায্যতা প্রতিষ্ঠা করে। কখনও কখনও, সিদ্ধান্ত নেওয়ার অধিকারটুকুও আমাদের থাকে না। অনেক আমেরিকান পুরুষ তাদের মাতৃভূমি ছেড়ে সারা বিশ্ব ঘুরে এমন যুদ্ধে লড়তে গিয়েছে, যেখানে তারা প্রকৃতপক্ষে কখনই বুঝতে পারেনি? তারা নিজেদের জীবন বাঁচাতে লড়েছে, এবং এমন লোকদের হত্যা করেছে যাদের তারা চিনত না এবং তাদের বাঁচিয়ে রাখার কোনো বিকল্প পথ তাদের ছিল না। এটাই যুদ্ধের বাস্তবতা, যেখানে জীবন কোনো

দ্বিধা ছাড়াই অপচয় হয়। যোদ্ধারা কখনই সঠিক ও ভুল সম্পর্কে প্রশ্ন করে না বা উত্তর দেয় না। একজন সৈনিকের কর্তব্য হল হত্যা করা এবং বেঁচে থাকা যাতে সে আবার হত্যা করতে পারে। যুদ্ধ হল এমন একটি স্থান যেখানে এই কৌশলগুলো নৈতিকভাবে গ্রহণযোগ্য, তবে (যুদ্ধই) একমাত্র স্থান নয়।

নিজেই আইন হাতে নেওয়ার মতো কথা শোনাতে পারি কিন্তু তবুও আমি বিশ্বাস করি যে ন্যায়বিচারের ধারণার প্রতি সকল মানুষেরই একটি দায়িত্ব রয়েছে; দুর্বল এবং মজলুমদের রক্ষা করা। মহান পুরুষ, সাহসী ও শক্তিশালী পুরুষেরা তারাই, যারা ভুক্তভোগীর সাহায্যে এগিয়ে আসার জন্য নিজেদের নিরাপত্তাকেও ঝুঁকির মধ্যে ফেলেন। কিন্তু তারা সৈনিক, পুলিশ বা নিছক সত্যবাদী মানুষ, যা-ই হোন না কেন, তাদের অবশ্যই দক্ষতা ও শক্তি দিয়ে বলপ্রয়োগের মোকাবিলা করতে সক্ষম হতে হবে। এই ক্ষমতা অর্জনের জন্য জ্ঞানের প্রয়োজন; নিজের শরীর এবং প্রতিপক্ষের শরীর—উভয়কেই অস্ত্র ও লক্ষ্যবস্তু হিসেবে জানার জ্ঞান।

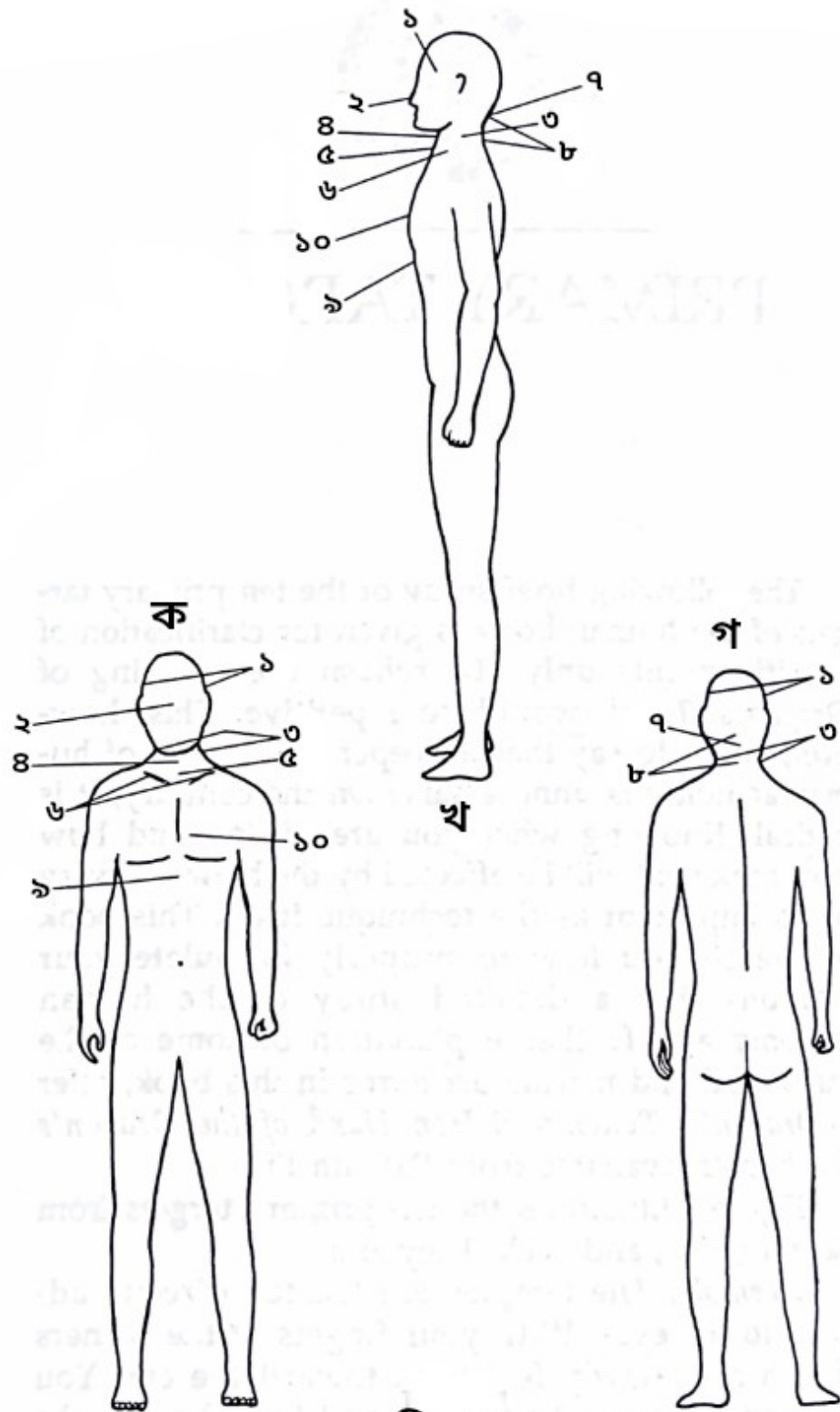
আমার সমস্ত বই মানব শারীরবিদ্যাকে একটি যুদ্ধভিত্তিক দৃষ্টিকোণ থেকে বিশ্লেষণ করেছে। 'ড্রাগন'স টাচ: উইকনেসেস অফ দ্য হিউম্যান অ্যানাটমি' বইটিতে মানবদেহকে একটি লক্ষ্যবস্তু হিসেবে অন্বেষণ করা হয়েছে। 'আয়রন হ্যান্ড অফ দ্য ড্রাগন'স টাচ: সিক্রেটস অফ ব্রেকিং পাওয়ার' বইটিতে শরীরকে একটি অস্ত্র হিসেবে অন্বেষণ করা হয়েছে। এই বইটি সেই দুটি বইয়ের শিক্ষাকে একত্রিত করে একটি মানবদেহ অন্য একটি দেহের উপর কী করতে সক্ষম, সে সম্পর্কে একটি প্রাথমিক জ্ঞান তৈরি করবে।

আমার জীবনের বাকি বছরগুলো ধরে আমি একের পর এক বইয়ে এই বিষয়গুলো পড়াতে পারতাম তারপরেও শেখানোর ও বোঝার মতো অনেক কিছুই বাকি থেকে যেত, কিন্তু এখানের প্রতিটি পদক্ষেপই এক ধাপ এগিয়ে আছে। এই তথ্যকে হালকাভাবে নেবেন না, কারণ এটি জ্ঞানের এক আন্তঃনির্ভরশীল গোলকধাঁধার অবিচ্ছেদ্য অংশ। আজ একটি বিষয় বাদ পড়লে পরে তা প্রশ্ন তৈরি করবে। প্রতিটি বইয়ের প্রতিটি পৃষ্ঠার তথ্য আত্মস্থ করুন এবং যা কিছু পড়েন তা অধ্যয়ন ও অনুশীলন করুন।

একজন সত্যিকারের সিদ্ধহস্ত মার্শাল আর্টিস্টের উচ্চতা ও দক্ষতায় পৌঁছাতে শুধু সময়ই যথেষ্ট নয়; এর জন্য প্রজ্ঞা, উপলব্ধি এবং নিষ্ঠা প্রয়োজন। আপনার পড়াশোনার পাশাপাশি ব্যবহারিক প্রশিক্ষণও আবশ্যিক। অর্জনের জন্য সচেষ্টি হন। প্রতিশ্রুতিবদ্ধ হোন। অগণিত নারী-পুরুষ মার্শাল আর্ট শিখতে শুরু করে, কিন্তু খুব কম সংখ্যকই প্রকৃত দক্ষতা অর্জন করতে পারে। নিয়মিত ও কঠোরভাবে অনুশীলন করুন, তবে প্রশিক্ষণের সময় এই নড়াচড়াগুলো করার ক্ষেত্রে সতর্ক থাকুন। এগুলো খেলনা নয়; এগুলো মারাত্মক।

অধ্যায় ১ঃ প্রাথমিক লক্ষ্যবস্তু

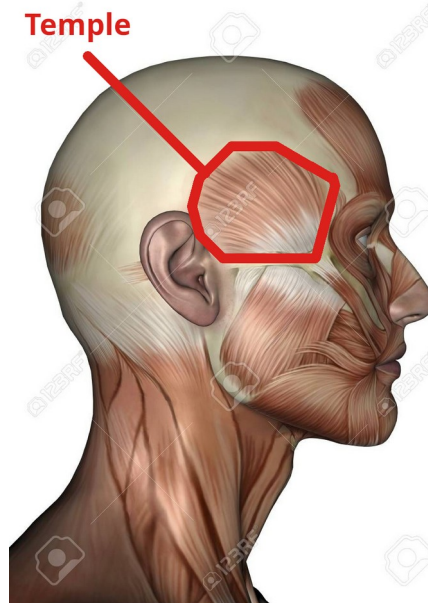
নিম্নে মানবদেহের দশটি প্রধান লক্ষ্যবস্তু সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত আলোচনাটি শুধুমাত্র নির্দিষ্ট বিষয়গুলো স্পষ্ট করার জন্য দেওয়া হয়েছে। ড্রাগন'স টাচের শিক্ষা পুনরায় উপস্থাপন করা অপ্রয়োজনীয় পুনরাবৃত্তি হবে। তবে এর মানে এই নয় যে মানবদেহের শারীরবৃত্তীয় জ্ঞানের গভীরতা অপ্রয়োজনীয়। বরং, এটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আপনি কোথায় আঘাত করছেন এবং আপনার প্রতিপক্ষ সেই আঘাতে কীভাবে প্রভাবিত হবে তা জানা কৌশলের মতোই গুরুত্বপূর্ণ। এই বই আপনাকে সঠিকভাবে আপনার শরীরকে হাতিয়ার হিসেবে গঠন করতে শেখাবে। মানবদেহের গঠন সম্পর্কে বিস্তারিত পড়ার জন্য এবং এই বইয়ের কিছু শারীরবৃত্তীয় ও মার্শাল আর্ট পরিভাষার আরও ব্যাখ্যার জন্য প্যাল্যাডিন প্রেস থেকে প্রকাশিত Dragon's Touch এবং Iron Hand of the Dragon's Touch দেখুন।



ଚିତ୍ର ୧

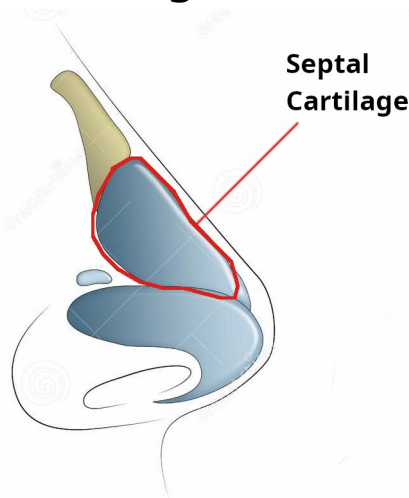
চিত্র ১-এ দশটি প্রধান লক্ষ্যবস্তু সামনের, পাশের এবং পেছনের দিক থেকে দেখানো হয়েছে। এগুলো হলো:

১. টেম্পল (Temple)।



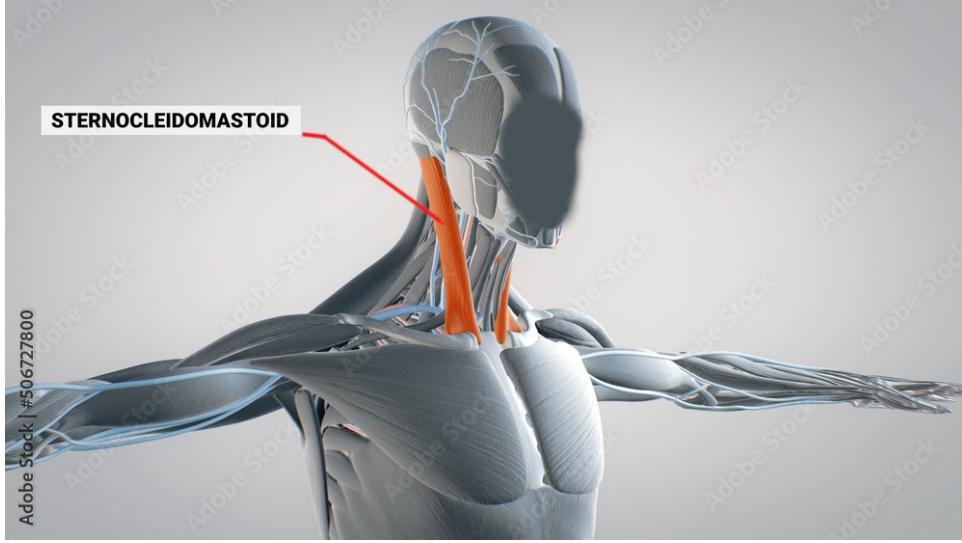
টেম্পল চোখের ঠিক পাশেই অবস্থিত (চোখের পাশ থেকে কানের উপরের দিকে থাকা অঞ্চলকে টেম্পল বলে)। আপনার আঙুলগুলো চোখের কোণায় রেখে ধীরে ধীরে কানের দিকে অনুভব করুন। আপনি সেখানে একটি উঁচু হাড় অনুভব করবেন, এবং ঠিক তার উপরেই টেম্পল বা রগটি পাবেন। আপনি যদি এই রগটিতে আলতো করে স্পর্শ করেন, তবে একটি স্পন্দন অনুভব করবেন; এটি হলো 'মেনিঞ্জিয়াল ধমনী' (*meningeal artery*), যা কানের পাশের অঞ্চলে উপরিভাগে উঠে এসেছে।

২. সেপ্টাল কার্টিলেজ (Septal cartilage)।



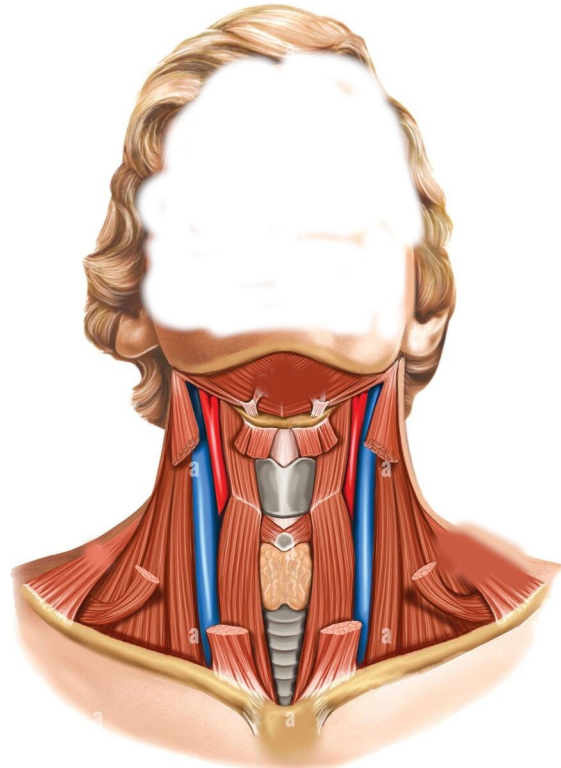
সেপ্টাল কার্টিলেজ হলো নাকের জন্য ব্যবহৃত শারীরবৃত্তীয় পরিভাষা (নাকের নরম এবং মাঝখানের অংশকে সাধারণত সেপ্টাল কার্টিলেজ বলা হয়)।

৩. স্টার্নোক্লেইডোমাসটয়েড অঞ্চল (Sternocleidomastoid region)।



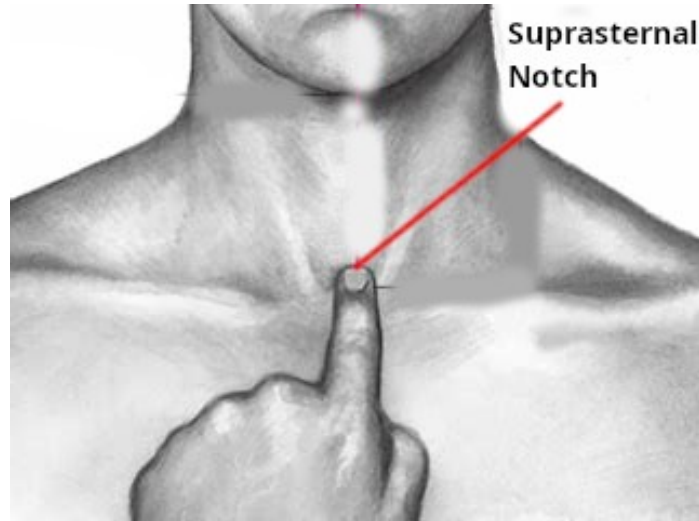
এই অঞ্চলটি বেশ কয়েকটি লক্ষ্যবিন্দু বা টার্গেট নিয়ে গঠিত। আপনার ঘাড়ের পাশের মাঝখান থেকে আঙুল আধা ইঞ্চি সামনে সরালে এটি খুঁজে পাওয়া যাবে।

৪. গলার সম্মুখভাগ (Anterior neck region)।



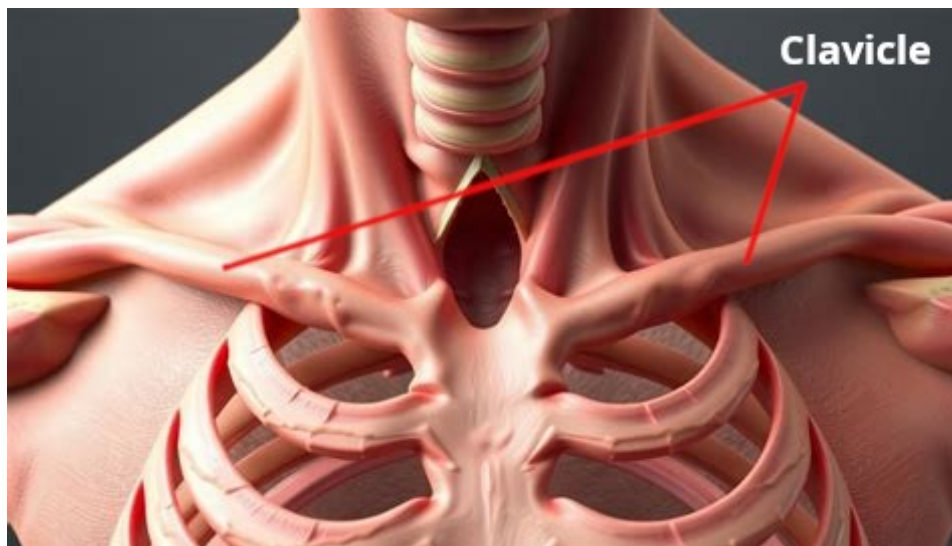
এটি হলো গলার সামনের সম্পূর্ণ মাঝখানীয় অংশের।

৫. সুপ্রাস্টার্নাল নচ (Suprasternal notch)।



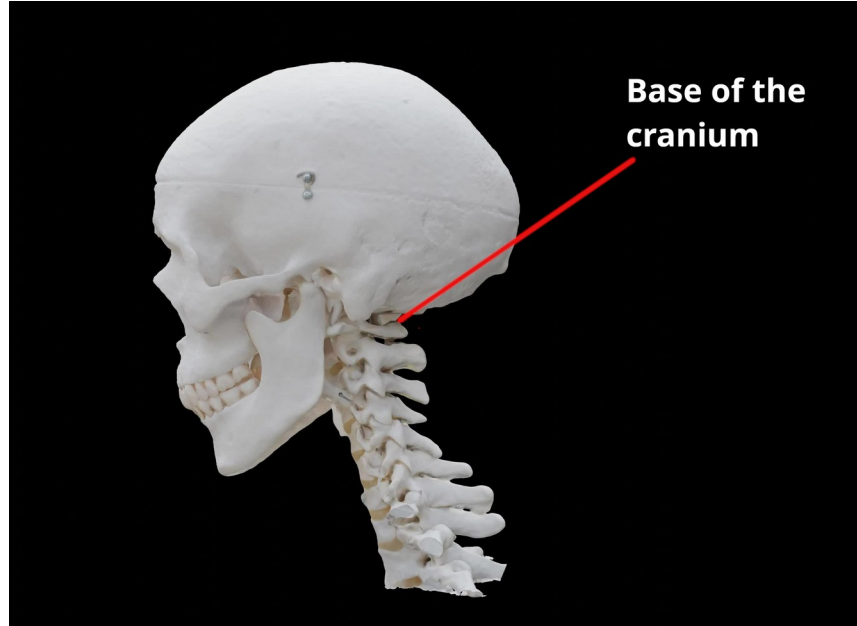
এই অঞ্চলটি কলারবোন (clavicle) এবং স্টার্নাম বা বক্ষাস্থির সংযোগস্থলে অবস্থিত। স্টার্নামের মাঝখান বরাবর আঙুল দিয়ে উপরের দিকে যেতে যেতে হাড়ের শেষ প্রান্তের একটি গর্তে গিয়ে থামলে এটি খুঁজে পাওয়া যায় (গলার সামনে ঠিক নিচের দিকে দুই হাড়ের মাঝখানে যেই গর্ত থাকে তাকেই সুপ্রাস্টার্নাল নচ বলে)।

৬. কলারবোন (Clavicle)।



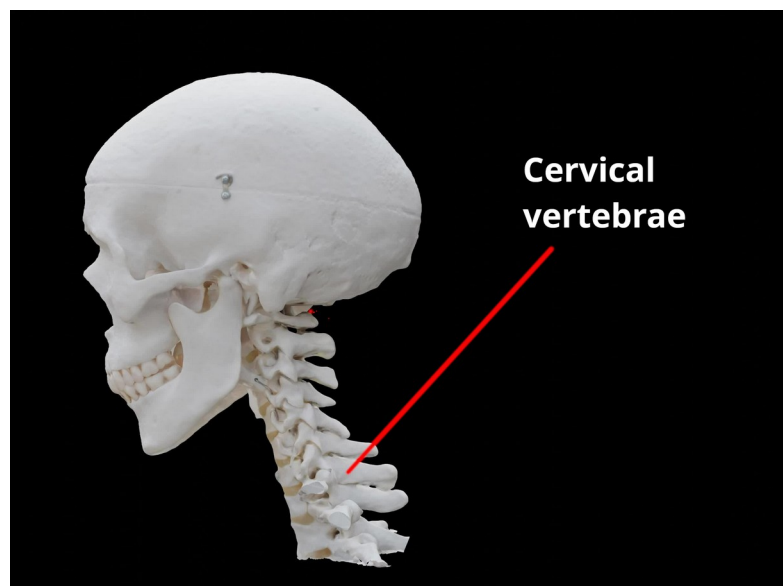
কাঁধের দিক থেকে নিচের দিকে হাত বুলিয়ে আপনি এই হাড়টি খুঁজে পেতে পারেন। নিচের দিকে হাত বুলিয়ে আপনি প্রথমে যে হাড় দুটি অনুভব করতে পারছেন, সেগুলোই হলো কলারবোন—ডান এবং বাম দিকে যথাক্রমে অবস্থিত।

৭. ক্রেনিয়ামের ভিত্তি (Base of the cranium)।



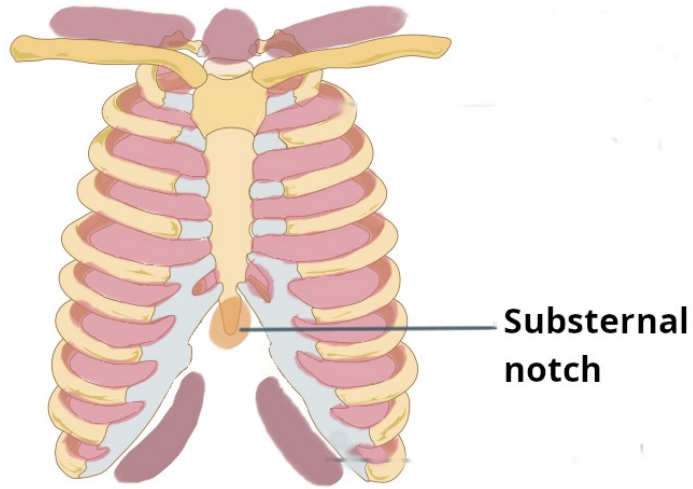
ক্রেনিয়াম হলো মাথার খুলির জন্য ব্যবহৃত শারীরবৃত্তীয় পরিভাষা। আপনার মাথার পিছনের অংশে আঙুলের ডগা দিয়ে চাপ দিতে দিতে ধীরে ধীরে নিচের দিকে—গলার দিকে—হাত বুলিয়ে নামিয়ে আনুন। মাথার খুলি যেখানে শেষ হয়েছে, ঠিক সেই স্থানটিই হলো ক্রেনিয়ামের ভিত্তি।

৮. সারভাইকাল ভার্টিব্রি (Cervical vertebrae)।



এগুলো হলো গলার মেরুদণ্ডীয় হাড় বা কশেরুকা। ঘাড়ের পেছনের অংশের কেন্দ্রবিন্দুতে এগুলো সবচেয়ে সহজে অনুভব করা যায় (এবং আক্রমণ করার জন্য সবচেয়ে সুবিধাজনক)। আঙুল দিয়ে চাপ দিলে আপনি সারভাইকাল ভার্টিব্রি বা গলার কশেরুকাগুলোর উঁচু অংশগুলো অনুভব করতে পারবেন।

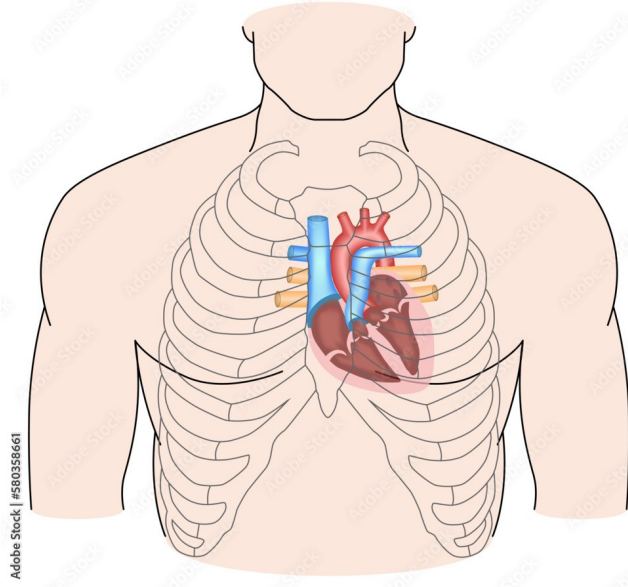
৯. সাবস্টার্নাল নচ (Substernal notch)।



এই অঞ্চলটি খুঁজে পেতে হলে একটি গভীর শ্বাস নিন এবং পেটের পেশিগুলো শিথিল করুন। স্টার্নামের নিচের প্রান্ত বা 'জিফয়েড' (xiphoid) অংশে খুব আলতো করে উপরের দিকে চাপ দিন; তখন আপনি সেখানে একটি ছোট উঁচু অংশ অনুভব করবেন। যদিও সাবস্টার্নাল নচ অঞ্চলটিতে আরও কিছু শারীরবৃত্তীয় কাঠামো সেখানে বিদ্যমান, তবুও এই উঁচু অংশটিই হলো মূল লক্ষ্যবিন্দু।

১০. হৃৎপিণ্ড (Heart)।

Heart Position in The Thorax



হৃৎপিণ্ডটি স্টার্নাম বা বক্ষাস্থির নিচের অর্ধাংশের ঠিক নিচে অবস্থান করে। তবে এটি বাম দিকে কিছুটা হেলে থাকে; একারণেই বক্ষপিঞ্জরের উপরের অংশের ডান দিকের তুলনায় বাম দিকেই এটি অধিকতর স্থান দখল করে থাকে। পুনরায় বলছি, 'Dragon's Touch'-এ এই লক্ষ্যস্থলগুলো পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বিশ্লেষণ করা হয়েছে। এই বইয়ের বর্ণনা ও তার সাথে থাকা চিত্রগুলি কেবল এইজন্যই দেওয়া হয়েছে, যাতে পাঠক সহজেই সেগুলি খুঁজে নিয়ে পাঠ্যে বর্ণিত কৌশলগুলি বুঝতে পারেন।

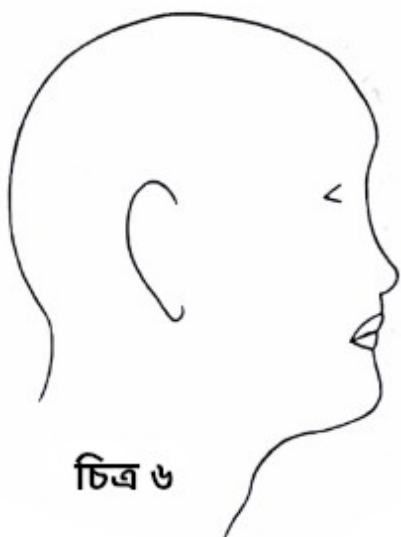
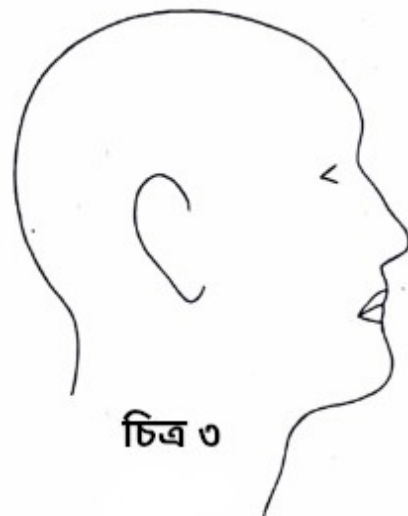
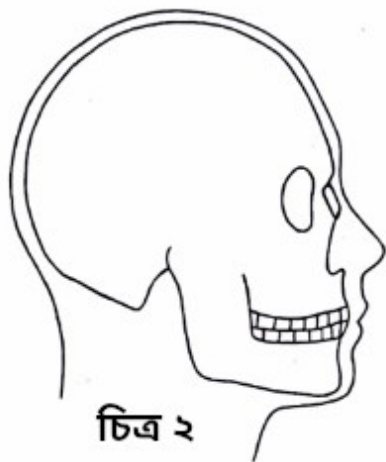
অধ্যায় ২ঃ প্রতিপক্ষের শারীরিক বৈশিষ্ট্য

যেকোনো মার্শাল আর্ট কৌশলের সাফল্য বা ব্যর্থতা নির্ধারণে যে উপাদানগুলো গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে, তার মধ্যে প্রধান হলো মার্শাল আর্টিস্টের দক্ষতার স্তর। ব্যক্তিগত লড়াইয়ে নিখুঁত কৌশলের চেয়ে কোনো কিছুই বেশি গুরুত্বপূর্ণ নয়। তবুও, আত্মরক্ষামূলক বা আক্রমণাত্মক কৌশলের ফলাফলে আরও কিছু বিষয় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে, যার মধ্যে রয়েছে আত্মবিশ্বাসের পথে বাধা সৃষ্টিকারী মনস্তাত্ত্বিক প্রতিবন্ধকতা, প্রতিপক্ষের শারীরিক শ্রেষ্ঠত্ব বা দুর্বলতা এবং প্রতিপক্ষের দক্ষতার স্তর। তবে এই অধ্যায়ে শারীরিক সংঘর্ষের এমন একটি বিষয় নিয়ে আলোচনা করা হবে যা প্রায়ই অবহেলা করা হয় আর তা হলো প্রতিপক্ষের শারীরিক গঠন।

অধ্যায় একে যে দশটা প্রধান লক্ষ্যের কথা বলা হয়েছে, তার মধ্যে ছয়টির ওপরই এমন কিছু সীমাবদ্ধতা আছে যে তা প্রতিপক্ষের দেহের উপর নির্ভর করবে যে প্রতিপক্ষ কম দুর্বল হবে নাকি বেশি। প্রতিপক্ষের শরীরের গঠন যদি এমন হয় যে তুমি যে জায়গায় আঘাত করতে বা ধরতে চাও সেখান পৌঁছানো কঠিন — তাহলে তুমি সেই কৌশলটা ব্যবহার করেই সফল হবে না বরং স্পর্শ করার আগেই কৌশলের ফল কমে যাবে। এই অধ্যায়ের মূল লক্ষ্য হবে এই ধরনের ভুলের সম্ভাবনা হ্রাস করা।

প্রভাবিত লক্ষ্যবস্তুগুলো হলো সেপ্টাল কার্টিলেজ, স্টারনোক্লেইডোমাসটয়েড অঞ্চল, ঘাড়ের সম্মুখভাগ, করোটির ভিত্তি, সারভাইকাল ভার্টিব্রা এবং সাব-স্টারনাল নচ। বর্ণনার সুবিধার্থে, এই স্থানগুলোকে অঞ্চল অনুসারে ভাগ করা হবে: অঞ্চল এক (সেপ্টাল), অঞ্চল দুই (গ্রীবা) এবং অঞ্চল তিন (সাব-স্টারনাল)।

ଅଞ୍ଚଳ ୧



প্রথম অঞ্চলে আমাদের আলোচনার বিষয়বস্তু একটিই, সেটি হলো সেপ্টাল কার্টিলেজ (septal cartilage)। সেপ্টাল কার্টিলেজ একটি প্রাণঘাতী লক্ষ্যবস্তু হয়ে উঠতে পারে, তবে শর্ত হলো আঘাত করার সময় সঠিক অ্যাঙ্গেল বজায় রাখতে হবে এবং আঘাতের শক্তি ও গভীরতা (penetration) যথাযথভাবে প্রয়োগ করতে হবে। এই লক্ষ্যবস্তুতে নিখুঁত ভাবে আঘাত করলেও কাঙ্ক্ষিত ফলাফল নাও দিতে পারে।

কনকাশন ইমপ্যাকট ব্লো-এর উদ্দেশ্য হল বাহ্যিকভাবে বড় কোনো চিহ্ন বা ক্ষতি না রেখে শরীরের ভেতরে গুরুতর ব্যাঘাত সৃষ্টি করা। উদাহরণস্বরূপ, কনকাশন ব্লো-র মাধ্যমে হৃৎপিণ্ডে সরাসরি আঘাত করে তার কার্যকারিতা ক্ষুণ্ণ করা যায়।

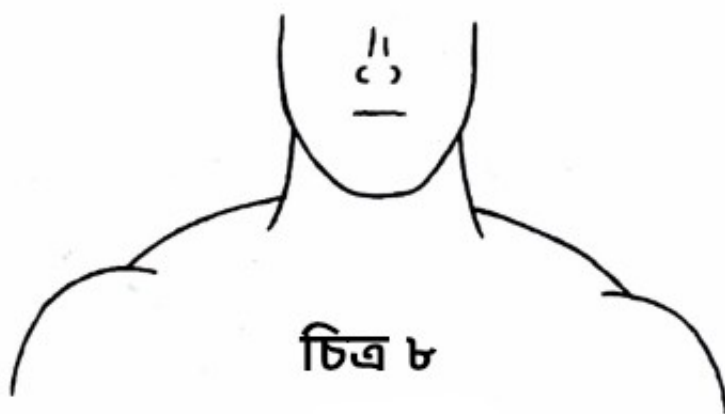
এই আঘাতের কম্পনজনিত প্রভাব প্রায়শই মারাত্মক হয়, অপরদিকে একই আঘাত গভীর অনুপ্রবেশের মাধ্যমে প্রয়োগ করা হলে তা বাহ্যিকভাবে অধিক ক্ষতি সাধন করলেও হৃৎপিণ্ডের উপর এর প্রভাব কম পড়ে। সেপ্টাল কার্টিলেজে আঘাত করার ক্ষেত্রে এর বিপরীতটি সত্য। এক বা একাধিক আঘাতের উদ্দেশ্য হলো তরুণাস্থিময় কাঠামোটিকে ক্রিস্টা গ্যালি ভেদ করে মস্তিষ্কে প্রেরণ করা। যেহেতু মাথা ও ঘাড়ের নড়াচড়ার ফলে আঘাতের শক্তির কিছুটা শোষিত হয়ে যায়, তাই প্রাণঘাতী ফলাফল অর্জনের জন্য আঘাতকারী হাতকে সর্বোচ্চ পরিমাণে প্রসারিত করা প্রয়োজন, যার ফলে আঘাতটি সর্বোচ্চ গভীরে প্রবেশ করতে পারে।

একজন মার্শাল আর্টিস্ট কীভাবে প্রতিপক্ষের নির্দিষ্ট শারীরিক গঠনকে মারাত্মক সুবিধা হিসেবে ব্যবহার করতে পারেন, তা বোঝার জন্য চিত্র ২, ৩ এবং ৪ দেখুন। চিত্র ২-এ, মাথার খুলির সেপ্টাল কার্টিলেজ (নাকের পর্দার তরুণাস্থি) সরিয়ে দেখানো হয়েছে, যা খুলির ভেতরের খোলা অংশ এবং নাকের হাড়কে তুলে ধরে। এই চিত্রে নাকের আকৃতিটি লক্ষ্য করুন এবং চিত্র ৩ ও ৪-এর আকৃতির সাথে এর তুলনা করুন। এই তিনটি আকৃতিই নাকের সাধারণ আকৃতি। এই তিনটির কোনোটিই হত্যার লক্ষ্যবস্তু হিসেবে কোনো সমস্যা তৈরি করে না।

এবার চিত্র ৫ দেখুন। এই নাকের বড় তরুণাস্থিময় গঠন এবং আকৃতি এটিকে আঘাত করা সহজ করে তোলে। তাই, ক্রিস্টা গ্যালি (crista galli) ভেদ করে মস্তিষ্কে প্রবেশ করার সময়ও এর আকৃতি ধরে রাখার সম্ভাবনা বেশি থাকে।

এখন এই চারটি আকৃতিকে চিত্র ৬-এর নাকের আকৃতির সাথে তুলনা করুন। এই নাকটি মুখের সাথে খুব চ্যাপ্টা। যদি আপনি হাত বাড়িয়ে আপনার নাকের ডগায় চাপ দেন, তাহলে দেখবেন তা খুবই নরম এবং এতে আঘাত করলে চোখে জল আসা ছাড়া আর তেমন কোনো ক্ষতি হবে না। চিত্র ৬-এ, মুখ থেকে কেবল নাকের ডগাটুকুই বেরিয়ে আছে। এই ধরনের গঠনের কারণে সেপটাল কার্টিলেজকে মস্তিষ্কে বিদ্ধ করা প্রায় অসম্ভব হয়ে পড়ে। অতএব, চিত্র ৬-এর মতো নাকের গঠনযুক্ত কোনো প্রতিপক্ষকে নাকে আঘাত হানার জন্য লক্ষ্যবস্তু করা উচিত নয়।

অঞ্চল ২



অঞ্চল দুই-এ চারটি লক্ষ্যস্থল বা টার্গেট রয়েছে: স্টার্নোক্লেইডোমাসটয়েড (sternocleidomastoid) অঞ্চল, ঘাড়ের সম্মুখভাগ, মাথার খুলির গোড়া এবং গ্রীবাকশেরুকা (cervical vertebrae)। এই লক্ষ্যগুলো নিয়ে শারীরবৃত্তীয় আলোচনার প্রয়োজন নেই। এখানে বিবেচ্য মূল বিষয়গুলো হলো ঘাড়ের পেশিগত গঠন বা বিকাশ এবং ঘাড়ের দৈর্ঘ্য।

চিত্র ৭-এ ত্রিশ বছর বয়স পর্যন্ত একজন সাধারণ পুরুষের ঘাড়, ট্র্যাপিজিয়াস পেশি (যা সচরাচর 'ট্র্যাপস' নামে পরিচিত) এবং কাঁধের স্বাভাবিক পেশিগত বিকাশ তুলে ধরা হয়েছে। ঘাড়ের এমন গঠনবিশিষ্ট কোনো প্রতিপক্ষকে অঞ্চল দুই-এর অন্তর্ভুক্ত যেকোনো লক্ষ্যস্থলে আঘাত করা হলে তা প্রাণঘাতী হতে পারে। বিরল কিছু ক্ষেত্রে ছাড়া, ঘাড়ের পেশীগুলোর শক্তি শরীরের উপরের অংশের অন্যান্য পেশীগুলোর তুলনায় উল্লেখযোগ্যভাবে দুর্বল হয়, যার ফলে এই অংশটি আঁকড়ে ধরা এবং তীব্র আঘাতের জন্য অত্যন্ত ঝুঁকিপূর্ণ থাকে।

এবার চিত্র ৮ এবং ৯-এর দিকে তাকান। এখানে ঘাড় এবং ট্র্যাপস পেশিগুলোর বিকাশ বা গঠন অনেক বেশি সুদৃঢ়। ঘাড়ের প্রস্থ এবং ট্র্যাপস পেশিগুলোর উচ্চতার বিষয়টি লক্ষ্য করুন। পেশিগত বিকাশের এই ধরনটি সাধারণত 'কন্ট্যাক্ট স্পোর্টস' বা শারীরিক সংস্পর্শযুক্ত খেলাধুলা—যেমন ফুটবল বা হকি—কিংবা সামরিক প্রশিক্ষণের জন্য কঠোর শারীরিক অনুশীলনের পরিচায়ক। মার্শাল আর্ট এবং বক্সিং-এর মতো লড়াই-ভিত্তিক খেলাধুলাতেও প্রতিযোগিতার সময় গুরুতর আঘাত বা মৃত্যু এড়ানোর লক্ষ্যে শরীরের এই অংশের পেশি বিকাশের ওপর বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হয়; আর ঠিক এই কারণেই পেশাদার যোদ্ধারা ঘাড়ের পেশি সুদৃঢ় করার জন্য ব্যাপক অনুশীলন করে থাকেন।

আপনার মাথার খুলির গোড়ার দিকে হাত নিয়ে, মাথা শিথিল অবস্থায় রেখে পেশীগুলিতে চাপ দিন। এবার আপনার মাথা ও ঘাড়কে পেছনের দিকে বাঁকান বা টানটান করুন। আপনি দেখবেন যে, ঘাড়ের সংকুচিত পেশীগুলো শুধু মাথার নড়াচড়াই সীমাবদ্ধ করে না, বরং এই অঞ্চলের সংবেদনশীল লক্ষ্যবস্তুগুলোকে ঢেকে রাখে ও সুরক্ষা দেয়। সুগঠিত পেশিবহুল একটি ঘাড় গ্রীবাকশেরুকা, স্টার্নোক্লেইডোমাসটয়েড অঞ্চল কিংবা মাথার খুলির গোড়ায় নড়বড়ে বা

অদক্ষভাবে নিষ্ক্ষিপ্ত কোনো আঘাত প্রতিহত করতে সক্ষম হতে পারে; এমনকি তাত্ত্বিকভাবে এটি ঘাড় ভেঙে ফেলার মতো কোনো তীব্র ধস্তাধস্তি বা গ্র্যাপলিং-এর আঘাতও প্রতিরোধ করতে পারে। সাধারণত, ঘাড়ের কশেরুকা, স্টারনোক্লেইডোমাসটয়েড বা মাথার খুলির গোড়ায় জোরালো আঘাত মারাত্মক ক্ষতি করতে পারে।

এই কৌশলগুলোর অভিজ্ঞতা মার্শাল আর্টের দক্ষ কারিগরের কাছে এগুলোর সরলতা প্রমাণ করবে এবং পূর্ববর্তী সাফল্য আত্মবিশ্বাস বাড়িয়ে তুলবে। তবে মনে রাখবেন, এই আত্মবিশ্বাসের কারণে যেন আপনি খুঁটিনাটি বিষয়গুলো উপেক্ষা করে অন্ধ হয়ে না যান। সর্বদা আপনার প্রতিপক্ষের শারীরিক গঠন ও কাঠামোর দিকে সতর্ক দৃষ্টি রাখুন। ঘাড় ও ট্র্যাপিজিয়াস পেশির সুদৃঢ় বিকাশের জন্য পূর্ণ-শক্তির আঘাত হানা প্রয়োজন; অন্যদিকে, ঘাড় ভেঙে ফেলার মতো গ্র্যাপলিং বা ধস্তাধস্তি কার্যকর করতে হলে দ্রুত ও শক্তিশালী নড়াচড়ার প্রয়োজন হয়।



চিত্র ১০ এবং ১১-তে ঘাড়ের বিভিন্ন প্রস্থ ও দৈর্ঘ্য তুলে ধরা হয়েছে। প্রতিপক্ষের ঘাড়ের গঠন দেখেই নির্ধারণ করতে হবে যে, ঘাড়ের সম্মুখভাগে আক্রমণ চালানোই সর্বোত্তম কৌশল হবে কি না। চিত্র ১০-এ প্রদর্শিত দীর্ঘ ঘাড়বিশিষ্ট ব্যক্তির ঘাড় লক্ষ্য করে চালানো যেকোনো আক্রমণের জন্য অত্যন্ত সহজ শিকারে পরিণত হতে পারেন। তবে, যদি চিত্র ১১-তে প্রদর্শিত প্রতিপক্ষের মুখোমুখি হতে হয়, তবে ঘাড় ছাড়া শরীরের অন্য কোনো অংশে আক্রমণ করাই হবে বুদ্ধিমানের কাজ—অবশ্য যদি না আক্রমণকারীর দক্ষতা অত্যন্ত উচ্চমানের হয়ে থাকে।

অঞ্চল ৩



চিত্র ১২



চিত্র ১০



চিত্র ১৪

অঞ্চল তিনের একটাই লক্ষ্য: বুকের নিচের খাঁজ। মারাত্মক ফল লাভের জন্য, স্টারনামের নিচের খাঁজটিতে একটি হেলানো তলে আঘাত করতে হবে। যদিও এই অঞ্চলে বিভিন্ন কোণ এবং আঘাত প্রয়োগ করা যেতে পারে, শুধুমাত্র একটি হেলানো আঘাতই একজন সুস্থ প্রতিপক্ষকে হত্যা করতে পারে। যেহেতু লক্ষ্যবস্তুর মারাত্মক সম্ভাবনার চাবিকাঠি হলো একটি হেলানো কোণ, তাই একজন মার্শাল আর্টিস্টের এমন কিছু শারীরিক বৈশিষ্ট্য চিনতে পারা উচিত যা সঠিক কোণে স্টারনামের নিচের খাঁজে আঘাত হানতে বাধা দেবে।

চিত্র ১২-তে একজন পাতলা গড়নের প্রাপ্তবয়স্ক পুরুষকে দেখানো হয়েছে। এই ধরনের শারীরিক গঠনের ক্ষেত্রে, স্টারনামের নিচের খাঁজে আঘাত করা আদর্শ, কারণ লক্ষ্যবস্তুতে আঘাত হানার জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত সুযোগ সেখানে থাকে।

এখন চিত্র ১৩ দেখুন, যা বর্তমান সময়ের জন্য একজন পুরুষের অধিকতর সাধারণ শারীরিক গঠন। এখানে বড় পেটটি স্টারনামের নিচের খাঁজে কার্যকরভাবে আঘাত করার জন্য প্রয়োজনীয় কোণে বাধা সৃষ্টি করতে পারে।

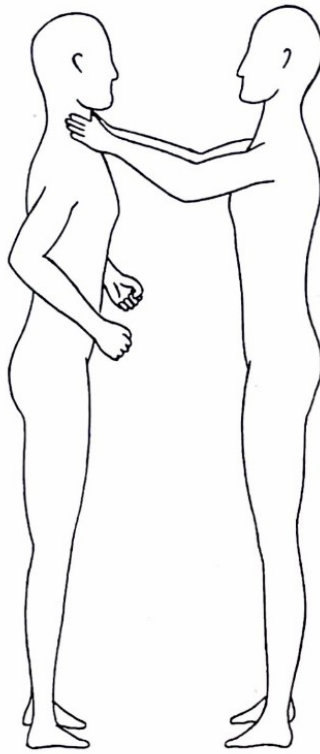
চিত্র ১৪-তে প্রদর্শিত শিথিল শারীরিক গঠন এবং স্ফীত উদর এই লক্ষ্যবস্তুর জন্য প্রয়োজনীয় কোণে অবশ্যই বাধা সৃষ্টি করবে, তাই স্টারনামের নিচের খাঁজটি লক্ষ্যবস্তু হিসেবে একটি অনুপযুক্ত পছন্দ হবে।

(তবে, এই ধরনের প্রতিপক্ষের ক্ষেত্রে হুৎপিণ্ড একটি ভালো লক্ষ্যবস্তু হতে পারে, কারণ অতিরিক্ত ওজনের কারণে এটি অতিরিক্ত চাপের মধ্যে থাকে এবং ফলস্বরূপ এমনিতেই দুর্বল। একইভাবে, চল্লিশ বছর বা তার বেশি বয়সী ব্যক্তিদের ক্ষেত্রেও হুৎপিণ্ড একটি ভালো লক্ষ্যবস্তু।)

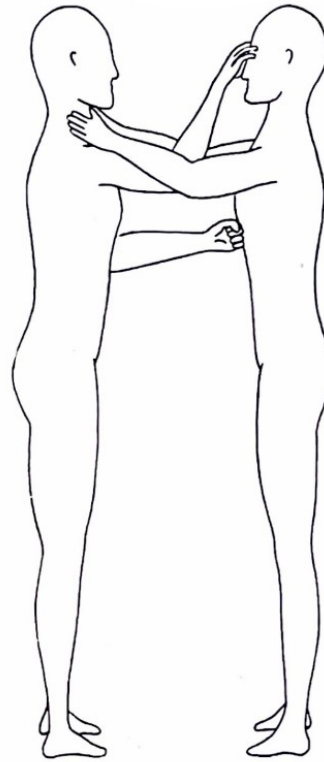
অধ্যায় ৩: আত্মরক্ষামূলক প্রাণঘাতী কৌশল

এই অধ্যায়ে আমরা প্রয়োগমূলক কৌশলগুলোর অধ্যয়ন শুরু করবো। তবে এই নির্দেশাবলী পড়ার আগে চিত্রের প্রতিটি কৌশল দেখে নেওয়া উপকারী হবে। চিত্রগুলি থেকে যতটা সম্ভব বিস্তারিত গ্রহণ করুন এবং তারপরে লেখাগুলো পড়ুন। আবার বলছি, এই কৌশলগুলো অনুশীলন করার সময় খুব সতর্ক থাকুন; এগুলো অত্যন্ত বিপজ্জনক।

কৌশল ১



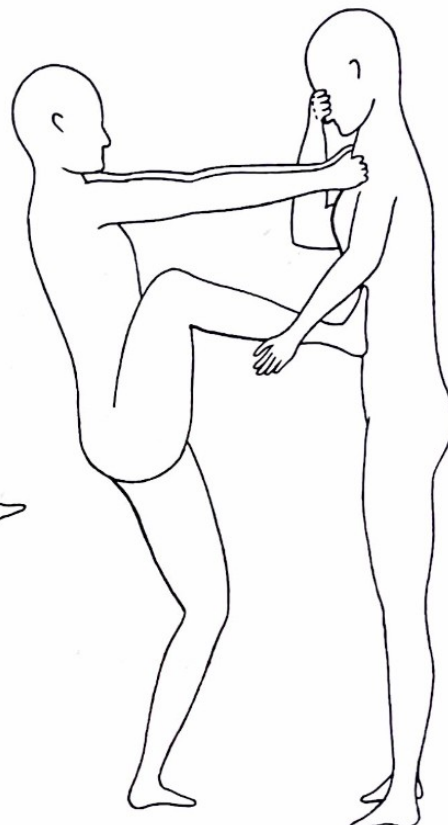
চিত্র ১৫



চিত্র ১৬



চিত্র ১৭

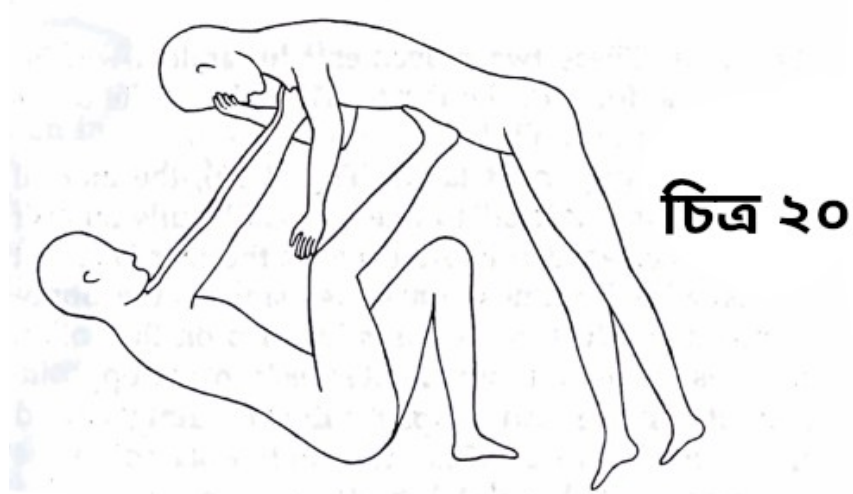


চিত্র ১৮

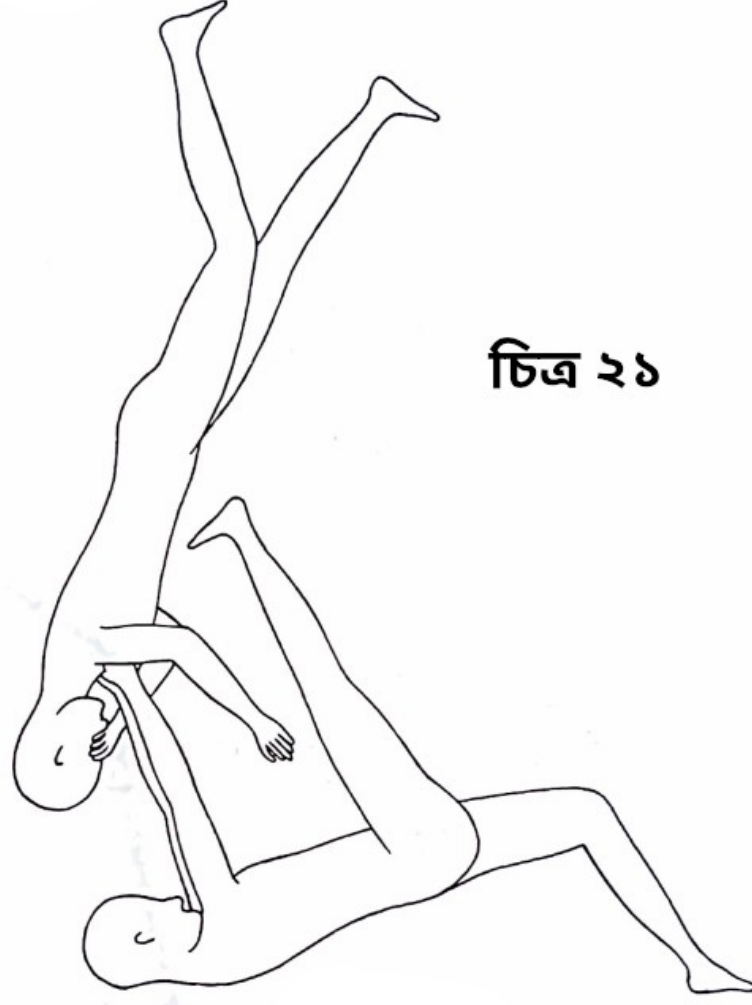
চিত্র ১৫-এ, আক্রমণকারী তার হাত মার্শাল আর্টিস্টের গলা চেপে ধরে রেখেছে। এইভাবে গলার চারপাশে আঁকড়ে ধরা খুব বেদনাদায়ক, এবং ডিফেন্ডার স্বতঃস্ফূর্তভাবে হাত ধরতে চাইবে এবং সেগুলি টেনে নেওয়ার চেষ্টা করবে। এই প্রবৃত্তিকে অতিক্রম করার জন্য আপনাকে অবশ্যই নিজেকে প্রশিক্ষণ দিতে হবে।

প্রথম প্রতিক্রিয়া হল একটি যুগপত স্ট্রাইক ডান হাতটি একটি নখর স্ট্রাইক গঠন করে এবং চোখের মধ্যে ধাক্কা দেয় এবং বাম হাতটি সৌর প্লেক্সাসে পাঠানো একটি উল্লম্ব পাঞ্চ গঠন করে (চিত্র 16)।

চিত্র 18-এ, সে তার হাত কনুইতে আটকে রাখে এবং তার পা প্রতিপক্ষের পেটে রাখে। চিত্র 17-এ যেমন দেখানো হয়েছে, সেখানে আঘাত করলে প্রতিপক্ষ সর্বদা এক বা উভয় হাত দিয়ে তার চোখ ঢেকে রাখবেন। মার্শাল আর্টিস্ট মুহূর্তের সদ্ব্যবহার করে দুই হাত দিয়ে প্রতিপক্ষের কলার শক্ত করে ধরে এবং তার শিনের হাড় দিয়ে কুঁচকিতে লাগি মেরেছে (চিত্র 17)।



দাঁড়ানো পায়ের হাঁটু বাঁকিয়ে পিছনের দিকে টান দিয়ে, মার্শাল আর্টিস্ট একটি পশ্চাৎমুখী টস শুরু করেন (চিত্র 19)। চিত্র 20 দ্বারা, তার নিতম্ব মেঝেতে যোগাযোগ করেছে যখন সে জোর করে টানতে থাকে।



চিত্র ২১

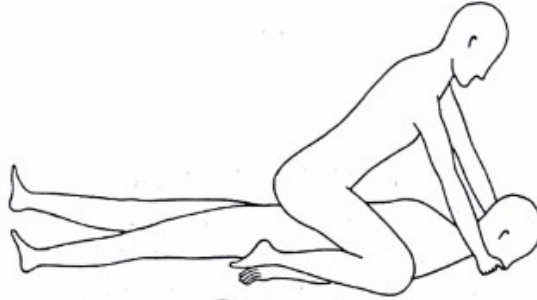
চিত্র 21-এ, শুধুমাত্র কাঁধগুলি মেঝেটির সংস্পর্শে রয়েছে পিছনের দিকে খিলানযুক্ত। লক্ষ্য করুন, যে পা প্রতিপক্ষের ওজনকে বহন করে তা সম্পূর্ণভাবে প্রসারিত, এবং ভারসাম্যপূর্ণ ভাবে মেঝে থেকে উপরের দিকে ঠেলে দিচ্ছে। একসাথে এই দুটি কৌশল নিষ্ক্ষেপের শক্তি বৃদ্ধি করবে। কলার সর্বদা শক্তভাবে ধরে রাখুন।



চিত্র ২২



চিত্র ২৩



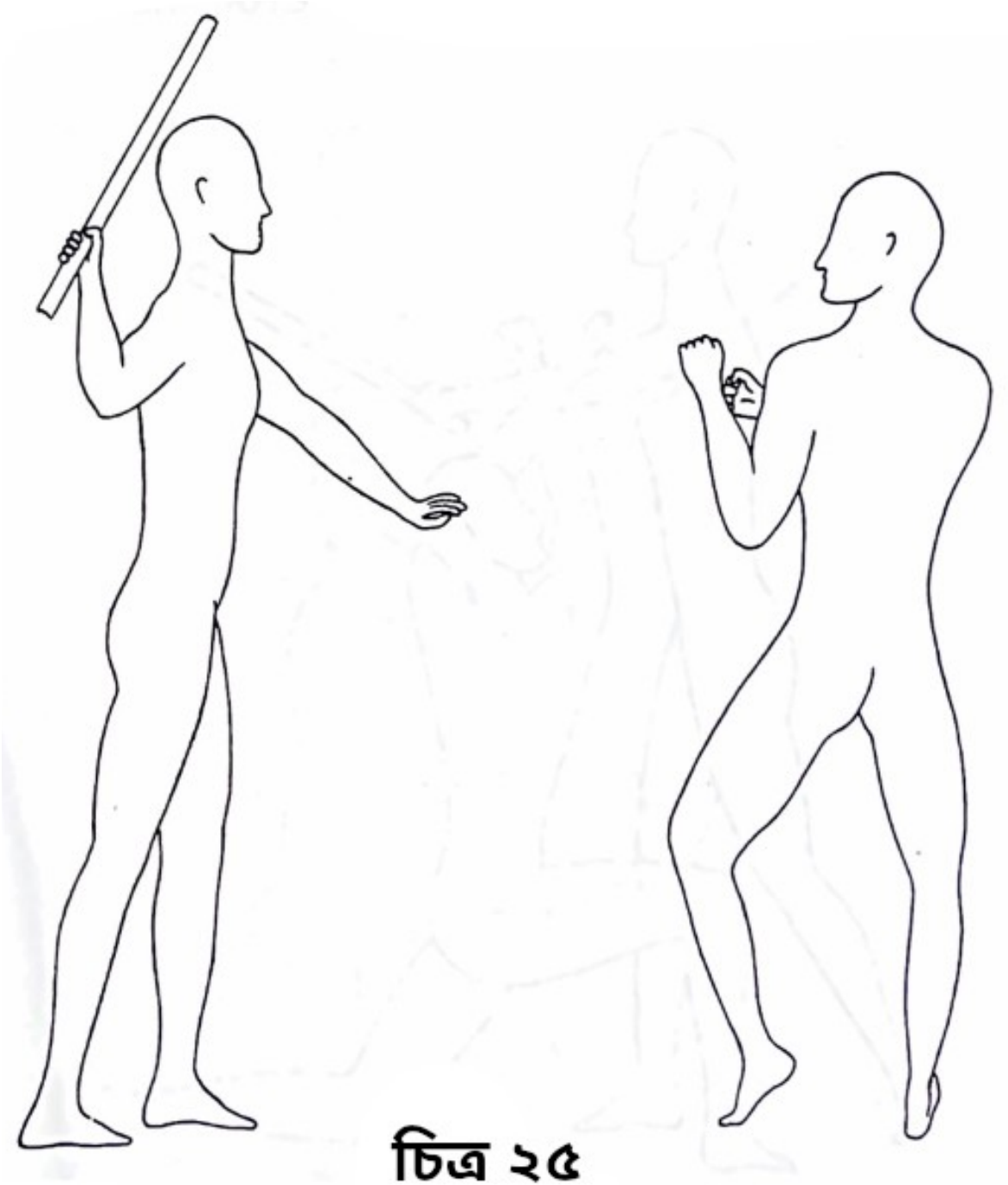
চিত্র ২৪

প্রতিপক্ষ নিচে পড়ার সাথে সাথে (চিত্র ২২), মার্শাল আর্টিস্ট তার মাথা একদিকে টেনে নেন এবং নিজের শরীরকে পেছনের দিকে ঘোরান। মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের কাঁধের দুপাশে হাঁটু বসান এবং সাথে সাথে তিনি প্রতিপক্ষের ঘাড়ের নীচ দিয়ে ডান হাত ঢুকিয়ে তার মুখ চেপে ধরেন এবং চিবুকের (ঠোঁটের নিচের অংশ বা থুড়ি) চারপাশে শক্তভাবে তার আঙ্গুলগুলি আবৃত করেন (চিত্র ২৩)।

বাম হাত মাথার বাম পাশে রাখা হয়। চিবুকে শক্ত করে মোচড় দেওয়া হয় যাতে তার ঘার মটকে যায়, আর বাম হাত থেকে একটি ধাক্কা ঘূর্ণনে সাহায্য করে (চিত্র ২৪)। কৌশলটির শক্তি বাড়াতে মার্শাল আর্টিস্ট একসঙ্গে শরীরটাও উঠান যেমন চিত্র 24-এ দেখানো হয়েছে।

এই কৌশল সার্ভিকাল কশেরুকা, স্নায়ুর শিকড় ও ধমনী-রক্তনালীগুলো সম্পূর্ণভাবে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে, আর এতে সেকেন্ডের মধ্যেই মৃত্যু ঘটবে।

কৌশল ২



চিত্র ২৫



চিত্র ২৬



চিত্র ২৭

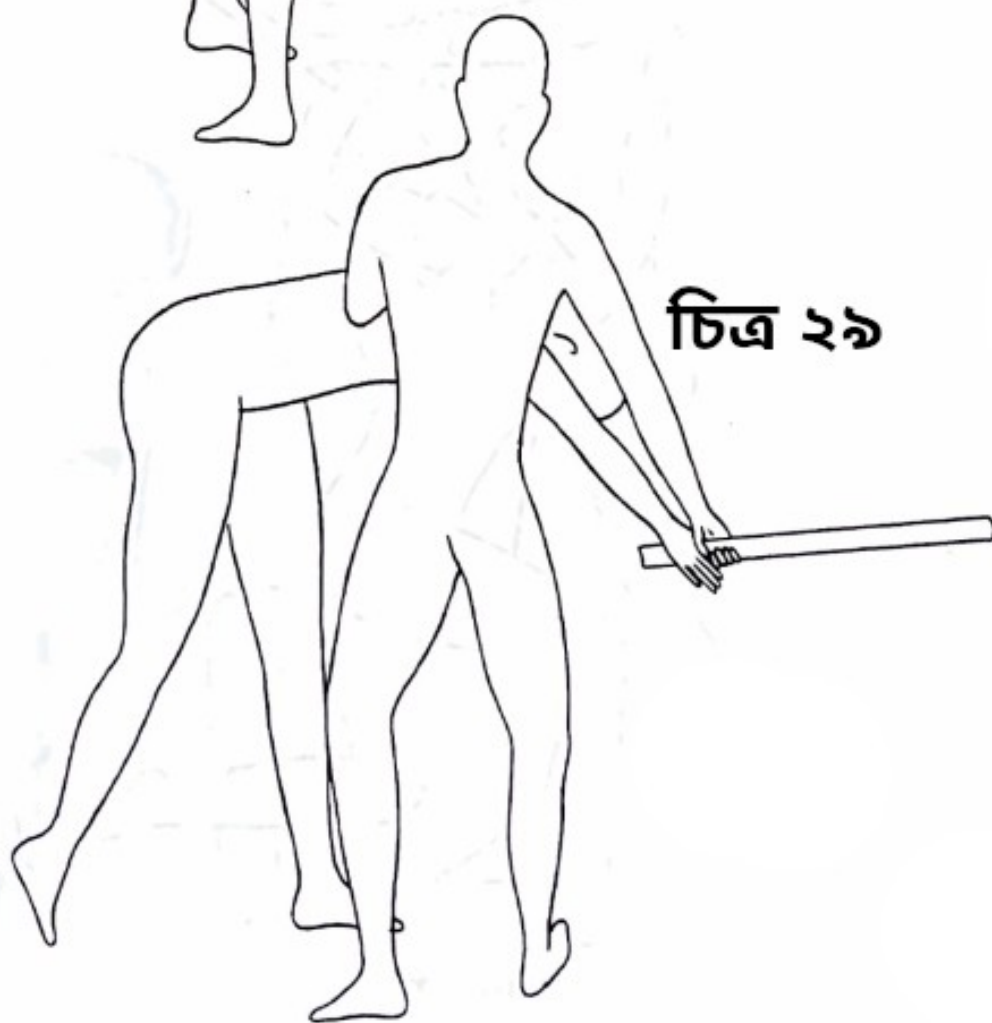
চিত্র ২৫-এ, আক্রমণকারী একটি লম্বা লাঠি বা পাইপ দিয়ে আক্রমণ করছে। মার্শাল আর্টিস্ট তার বাম পা সামনে বাড়িয়ে আক্রমণকারীর দাঁড়ানোর ভঙ্গির বাইরে অবস্থান নেয়। আঘাতকারী হাতটিকে আটকে ফেলার জন্য সে তার হাত দিয়ে মাথার উপর একটি ক্রস তৈরি করে (বাম হাতটি ডান হাতের নিচে থাকে, যেমনটি চিত্র ২৬-এ দেখানো হয়েছে)। সে তার শরীরকে এমনভাবে স্থাপন করে

যে, যদি সে ক্রস ব্লকটি না করত, তবে অস্ত্রটি তার ডান কাঁধের ঠিক বাইরে দিয়ে চলে যেত। একই সাথে বাম হাত দিয়ে কাঁধের হাড়ের দিকে পৌঁছাচ্ছে, যেমনটি চিত্র ২৭-এ দেখানো হয়েছে।

চিত্র ২৮



চিত্র ২৯

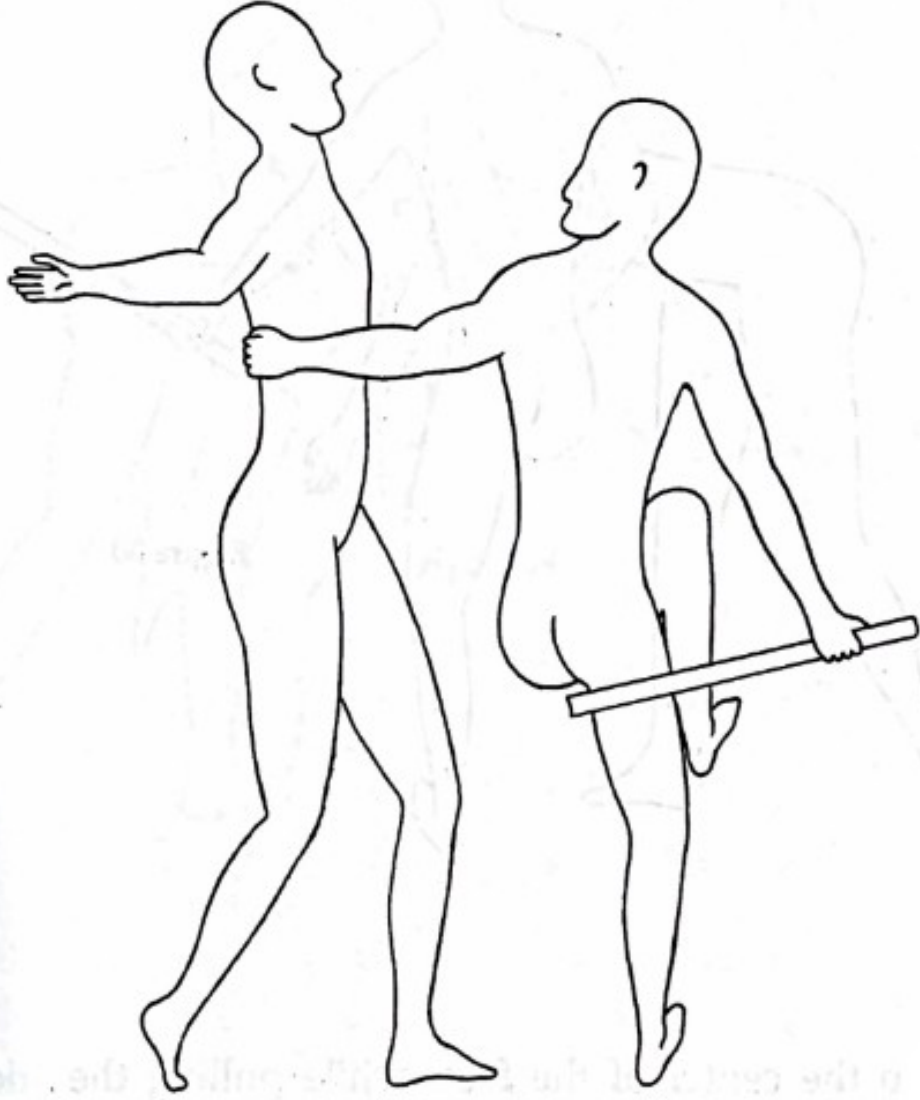


চিত্র ২৮-এ, সে তার পেছনের হাঁটু দিয়ে কুঁচকিতে সজোরে আঘাত করে। এরপর মার্শাল আর্টিস্ট তার ডান পা নিচে রাখে এবং কোমর ঘুরিয়ে প্রতিপক্ষের শরীরের উপরের অংশের দিকে মুখ করে, একই সাথে অস্ত্রটি ধরে ফেলে (চিত্র ২৯)। যথাসম্ভব শক্তি দিয়ে, সে প্রতিপক্ষকে আরেকটি হাঁটু দিয়ে আঘাত করে।



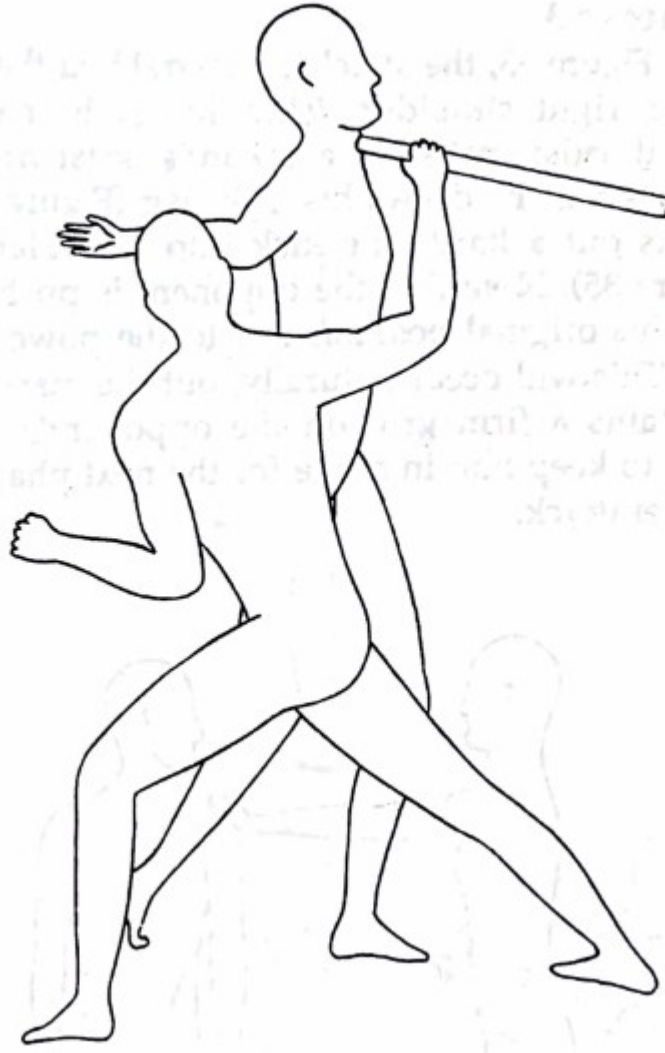
চিত্র ৩০

মার্শাল আর্টিস্ট সাথে সাথে তার ডান হাতটি নিচে নামিয়ে আনে এবং কনুইয়ের ঠিক নিচে অস্ত্র ধরা হাতটি ধরে ফেলে, আর একই সাথে লাঠিটি টেনে সরিয়ে নেয় (চিত্র ৩০)।



চিত্র ৩১

চিত্র ৩১-এ যেমন দেখানো হয়েছে, দ্বিতীয় হাঁটুর আঘাতের শক্তিতে প্রতিপক্ষ দাঁড়িয়ে যায়, যা তাকে চূড়ান্ত আঘাতের জন্য প্রস্তুত করে।

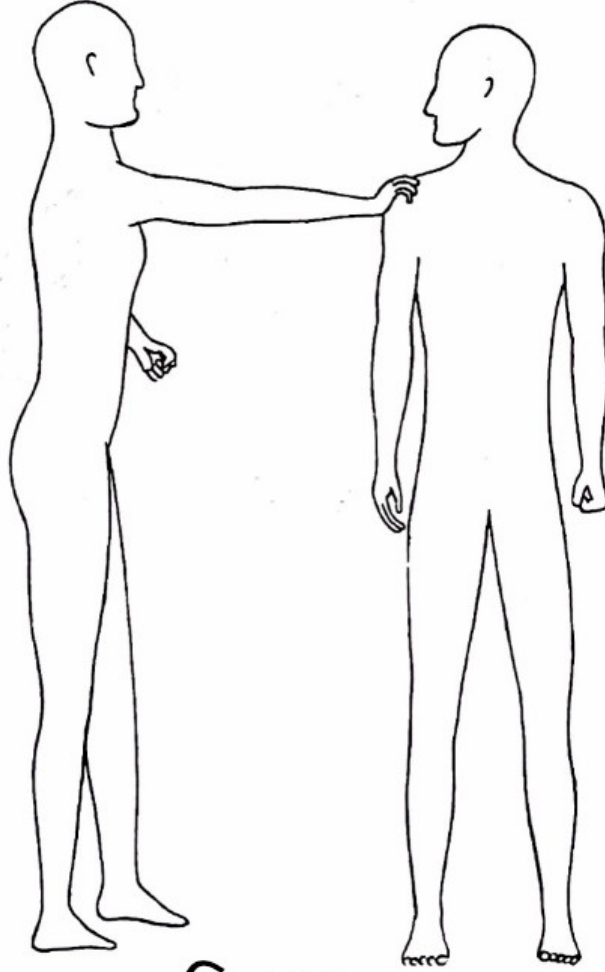


চিত্র ৩২

চূড়ান্ত আঘাতটি অবশ্যই দ্রুত করতে হবে, কারণ মুখে হাঁটুর আঘাতের পর প্রতিপক্ষের দাঁড়িয়ে থাকার সম্ভাবনা কম। চিত্র ৩১-এ মার্শাল আর্টিস্টের শারীরিক অবস্থান এবং চিত্র ৩২-এ চূড়ান্ত আঘাতের অবস্থান দেখলে, আপনি আঘাতের দৈর্ঘ্য এবং শক্তি লক্ষ্য করবেন। লক্ষ্যবস্তু হলো গলার সামনের অংশ। এই আঘাত ঘাড়ের শ্বাসপ্রশ্বাসের পথগুলোকে পিষে ফেলবে, যার ফলে ফুসফুসে রক্ত প্রবাহিত হবে। আনুমানিক এক মিনিটের মধ্যে মৃত্যু ঘটবে, এমনকি তার আগেও ঘটতে পারে।

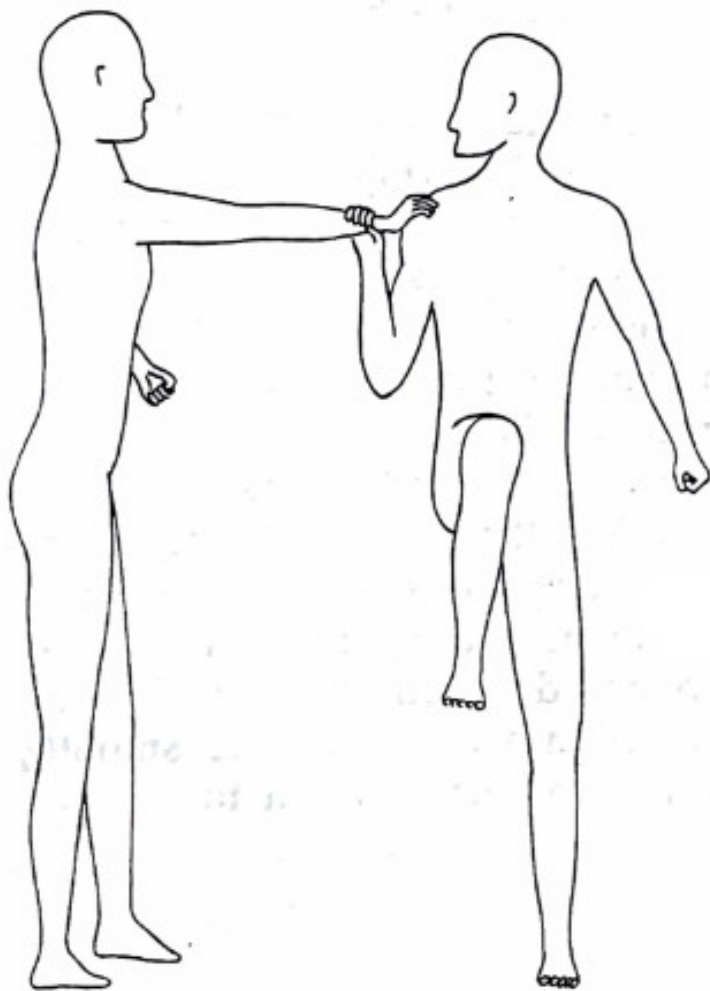
কৌশল ৩

চিত্র ৩৩-এ, আক্রমণকারী মার্শাল আর্টিস্টের ডান কাঁধ ধরেছে।

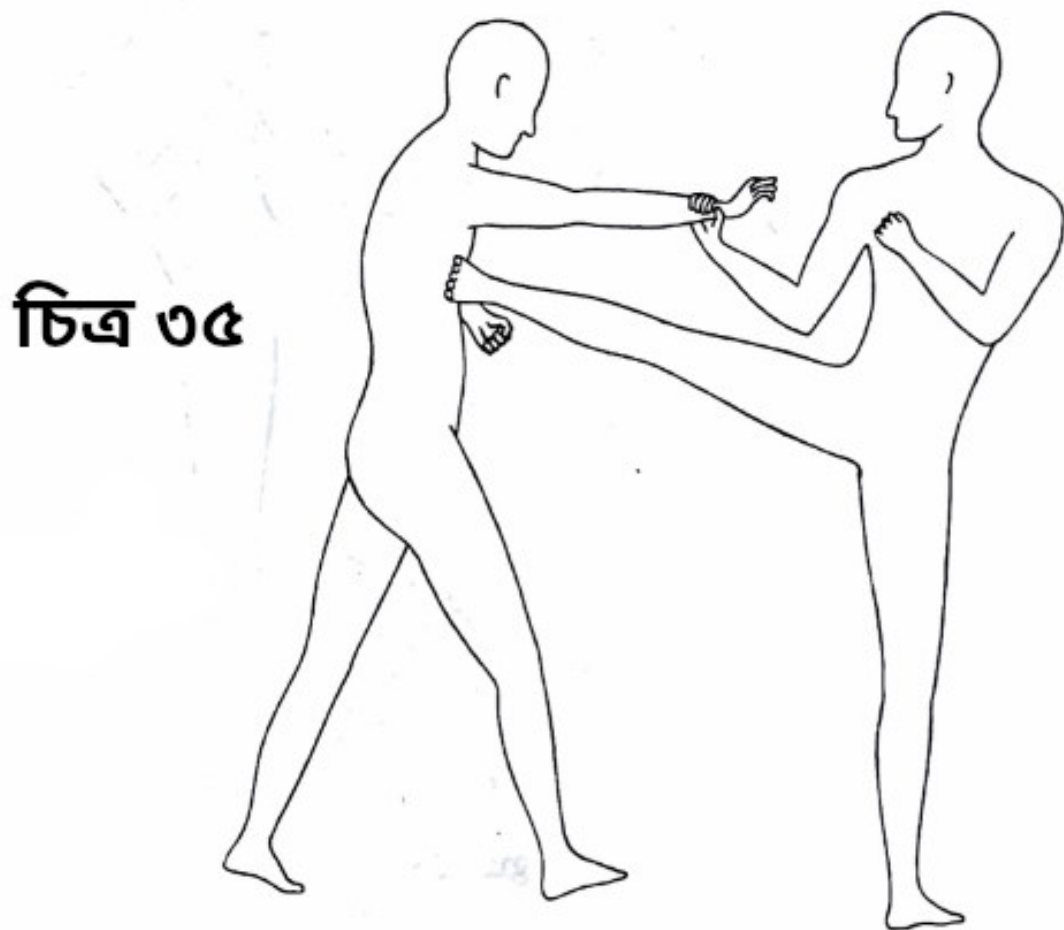


চিত্র ৩৩

মার্শাল আর্টিস্ট তার ডান হাত দিয়ে আক্রমণকারীর কব্জি শক্ত করে ধরেন। ঠিক এই সময়েই তিনি তার ডান পা পেছনের দিকে টেনে নেন (চিত্র ৩৪) এবং আক্রমণকারীর 'সোলার প্লেক্সাস' বা পাঁজরের সংযোগস্থলে একটি জোরালো 'সাইড কিক' বা পার্শ্ব-লাথি নিক্ষেপ করেন (চিত্র ৩৫)।

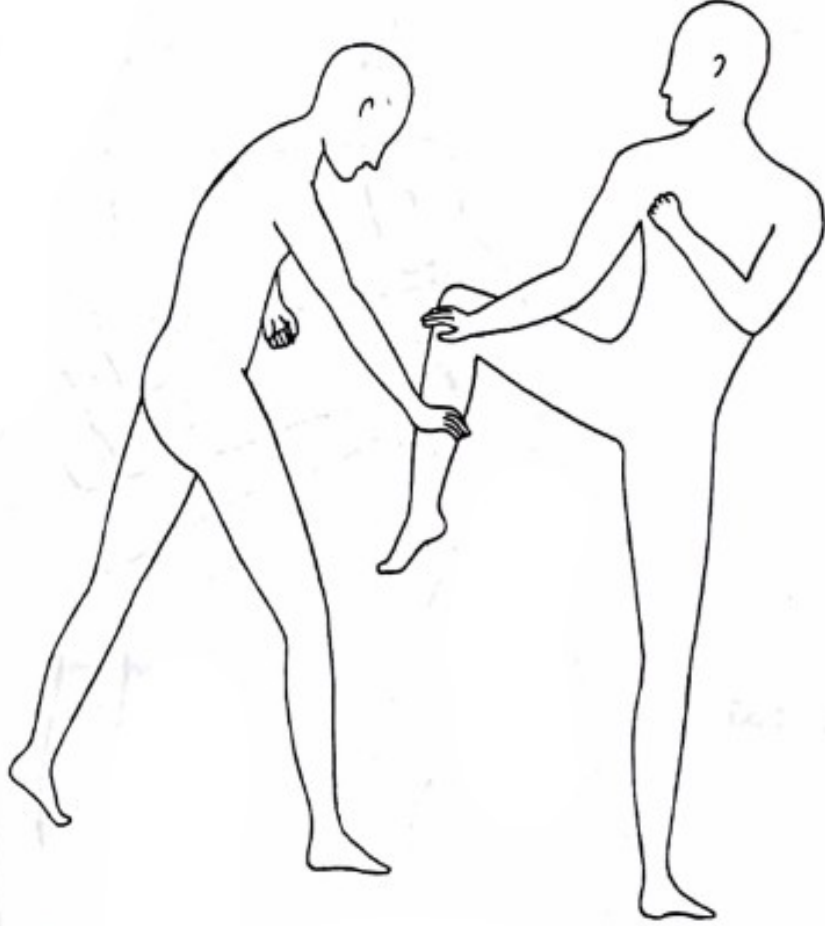


চিত্র ৩৪



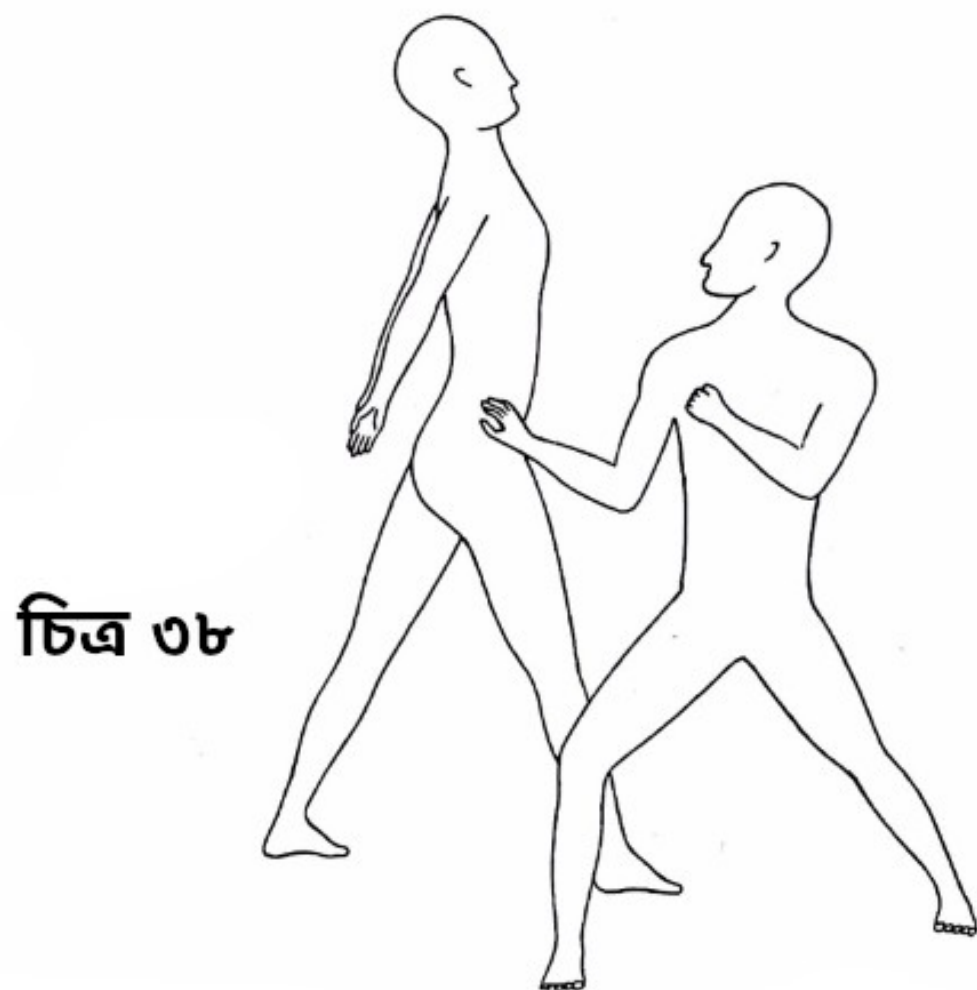
চিত্র ৩৫

লক্ষ্য করুন, এই শক্তিশালী লাথির আঘাতে প্রতিপক্ষ তার মূল অবস্থান থেকে কিছুটা পেছনের দিকে সরে যায়। এটি স্বাভাবিকভাবেই ঘটবে; তবে মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের কবজি শক্ত করে ধরে রাখেন, যাতে পাল্টা আক্রমণের পরবর্তী ধাপের জন্য প্রতিপক্ষকে নাগালের মধ্যেই রাখা যায়।



চিত্র ৩৬

চিত্র ৩৬-এ দেখা যায়, মার্শাল আর্টিস্ট তার পা পেছনের দিকে টেনে নেন এবং একটি 'ফ্রন্ট কিক' বা সম্মুখ-লাথির প্রস্তুতি নেন; একই সাথে তিনি প্রতিপক্ষের হাতটি নিচের দিকে ঠেলে দেন। এর ফলে প্রতিপক্ষের শরীরের ওপরের অংশ নিচের দিকে নুয়ে আসে এবং তার মাথাটি পরবর্তী লাথির নাগালের মধ্যে চলে আসে।



নাকে সজোরে একটি ফ্রন্ট কিক মারা হয় (চিত্র ৩৭), যা তাকে চূড়ান্ত কৌশলের জন্য আবার দাঁড় করিয়ে দেয়। লাথি মারার পা গুটিয়ে নেওয়ার পর, মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের ডান পায়ের বাইরে দিয়ে বাম দিকে এক পা এগিয়ে যান (চিত্র ৩৮)। এরপর তিনি প্রতিপক্ষের শরীরের এক পাশে সামনের দিকে এক পা এগিয়ে যান; পা ফেলার সাথে সাথে তিনি তার শরীরের ওপরের অংশটি ঘুরিয়ে নেন এবং নিজের ডান হাতটি চিত্র ৩৯-এ প্রদর্শিত অবস্থানে নামিয়ে আনেন।

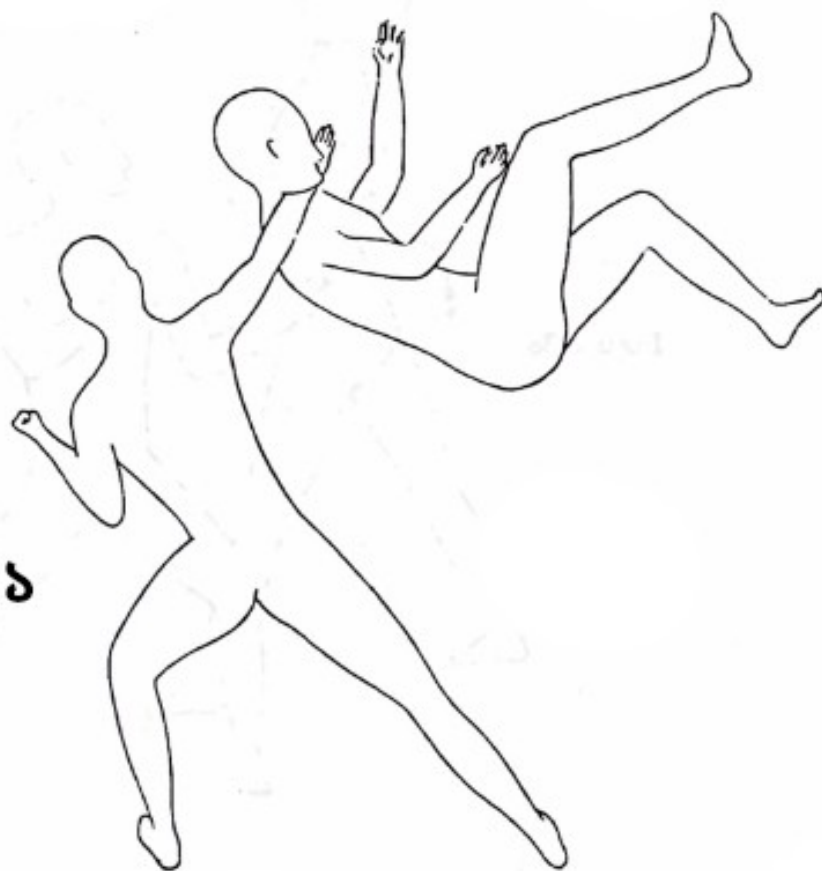
চিত্র ৩৯



চিত্র ৪০



চিত্র ৪১

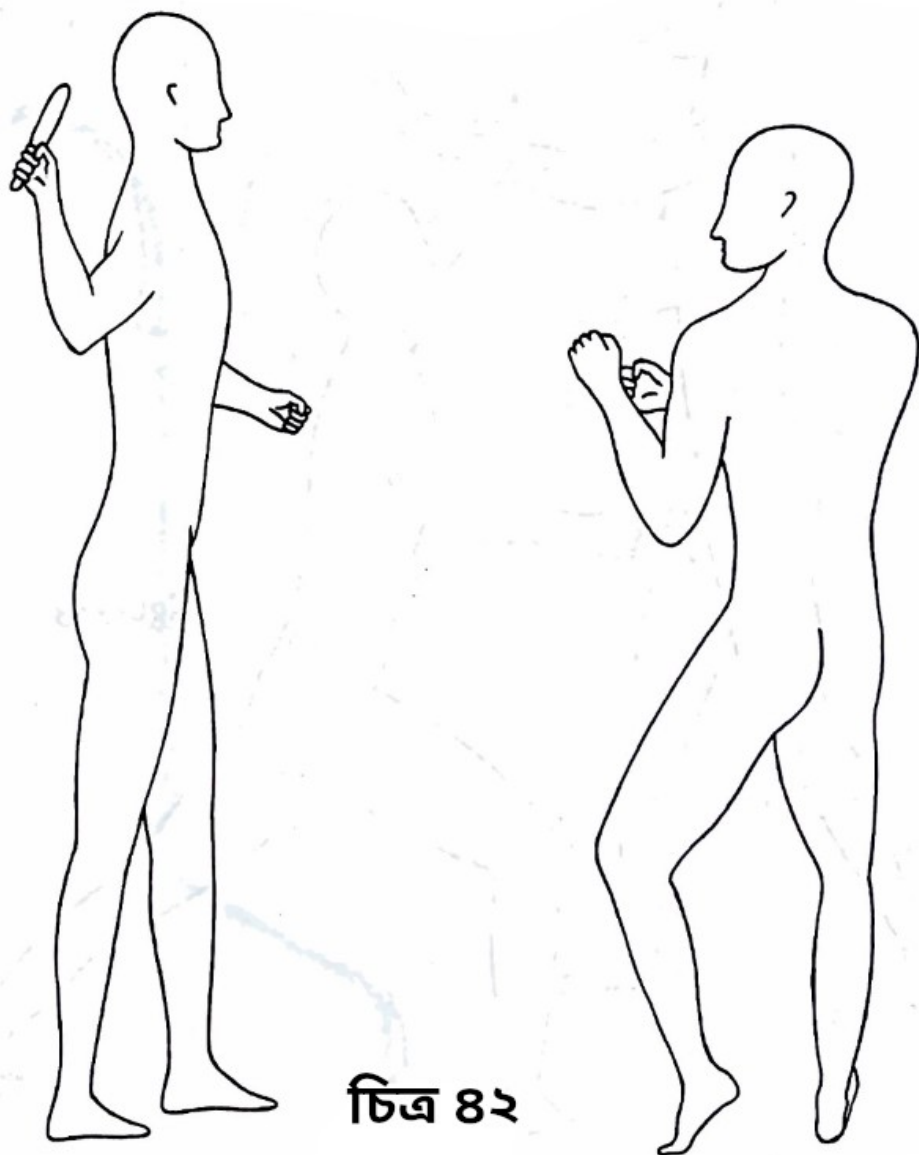


এই অবস্থান থেকে আঘাত হানার মুহূর্ত পর্যন্ত পুরো প্রক্রিয়াটি একটি অবিচ্ছিন্ন ও দ্রুতগতির সঞ্চালন হিসেবে সম্পন্ন হয়, এবং পুরো পথজুড়েই আঘাতের শক্তি ক্রমশ বৃদ্ধি পেতে থাকে (চিত্র ৪০)। আঘাতের জন্য ব্যবহৃত শরীরের অংশটি হলো ডান হাতের কনুইয়ের ওপরের অংশের (forearm) ভেতরের দিকের প্রথম তিন ইঞ্চি। আঘাতের লক্ষ্যবস্তু হলো গলার সম্মুখভাগ (চিত্র ৪১)।

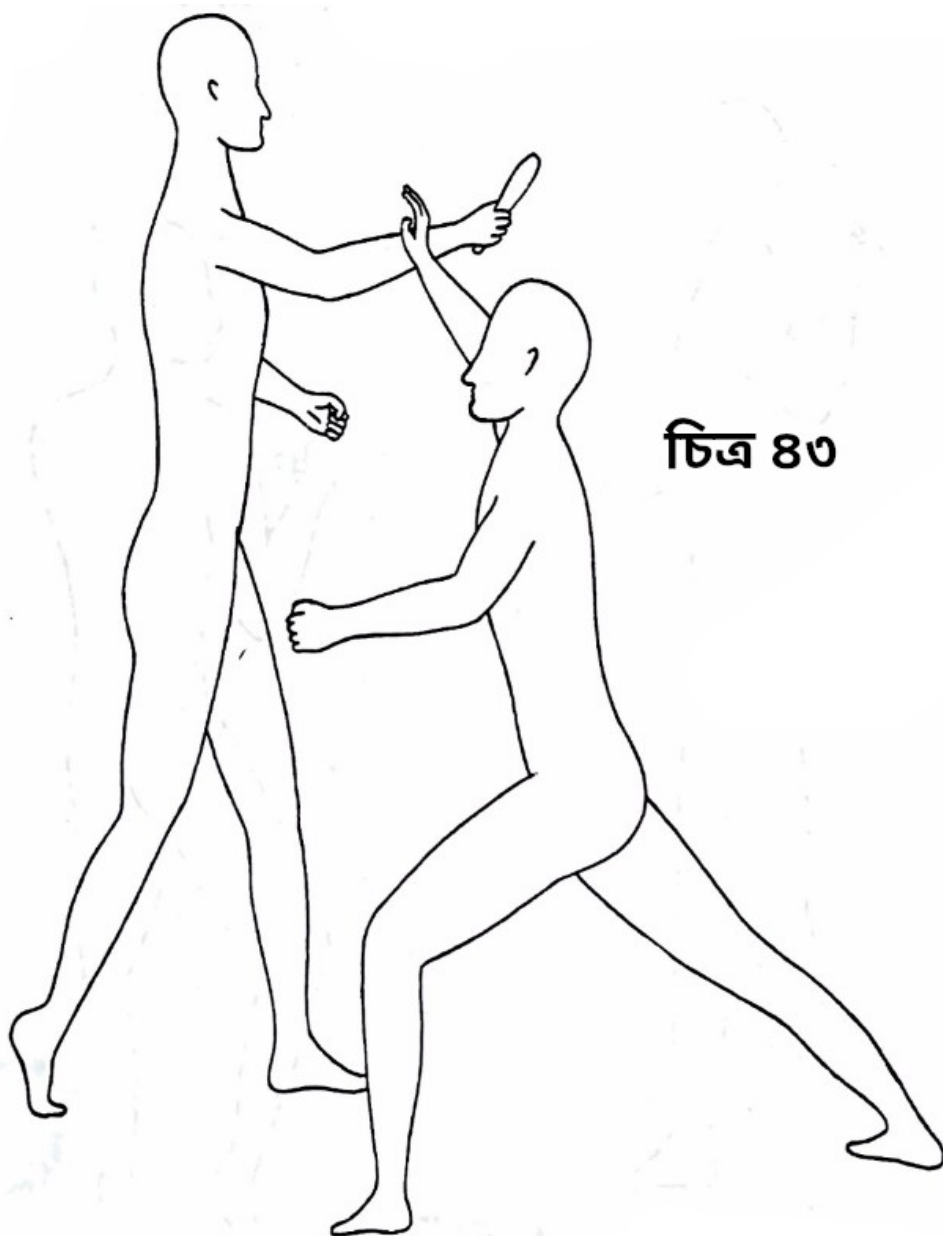
এই আঘাতের তীব্রতা অত্যন্ত মারাত্মক। এর ফলে মৃত্যু ঘটে প্রায় তাৎক্ষণিকভাবেই।

কৌশল ৪

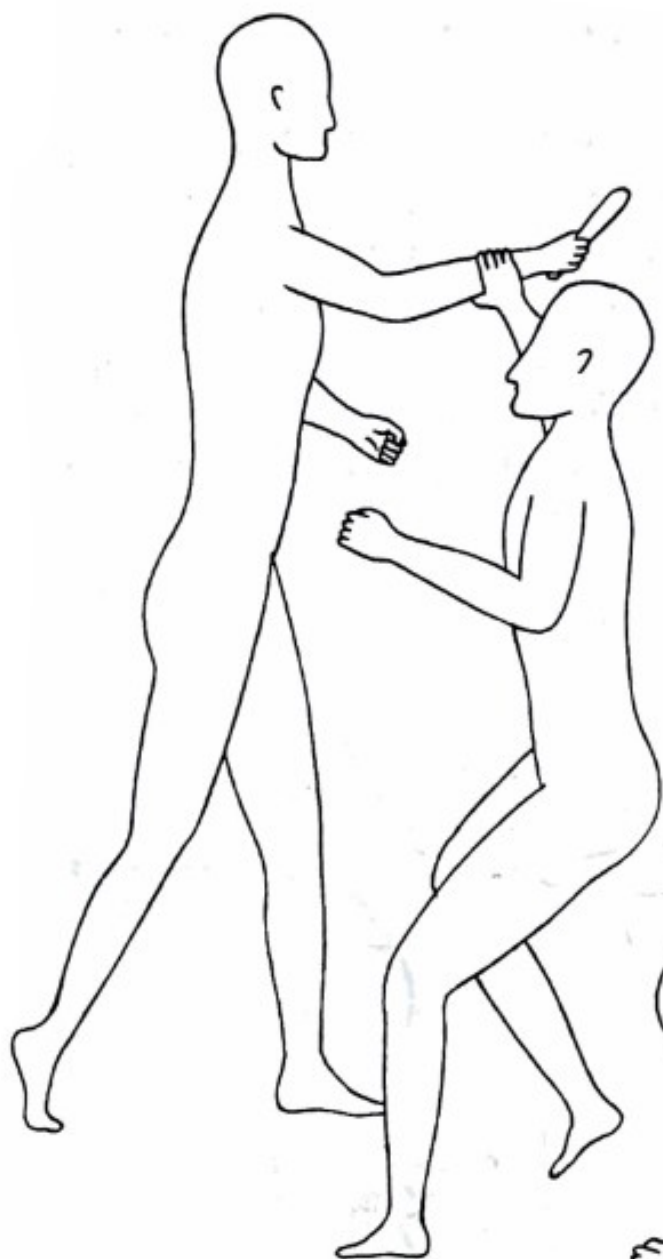
চিত্র ৪২-এ, মার্শাল আর্ট শিল্পী 'ক্যাট স্ট্যান্স' বা বিড়াল-সদৃশ ভঙ্গিতে দাঁড়িয়ে আছেন এবং প্রতিপক্ষ ওপর থেকে নিচে আঘাত করে আক্রমণ করছে। আক্রমণটি প্রতিহত করতে, মার্শাল আর্টিস্ট ৪৩ নং চিত্রে দেখানো অনুযায়ী সামনে ও বাম দিকে এক পা বাড়ান। (পদক্ষেপটির দৈর্ঘ্য লক্ষ্য করুন—এটি চওড়া ও লম্বা উভয়ই।) তিনি একটি হাত উঁচু করে ব্লক তৈরি করার মাধ্যমে আঘাতটি প্রতিহত করেন, যা আক্রমণকারীর হাতের বাইরের অংশে লাগে। হাতটি প্রতিহত করার ঠিক পরপরই, তিনি প্রতিপক্ষের সেই হাতটি আঁকড়ে ধরেন এবং তাঁর পেছনের পা-টি সামনে নিয়ে আসেন (চিত্র ৪৪)। এরপর তিনি একটি 'হাই রাউন্ডহাউস কিক' বা ওপরের দিকের বৃত্তাকার লাথি প্রতিপক্ষের চোয়ালের দিকে নিক্ষেপ করেন; একই সাথে তিনি প্রতিপক্ষের অস্ত্র-ধরা হাতটিকে লাথির গতিপথ থেকে সরিয়ে নেন (চিত্র ৪৫)।



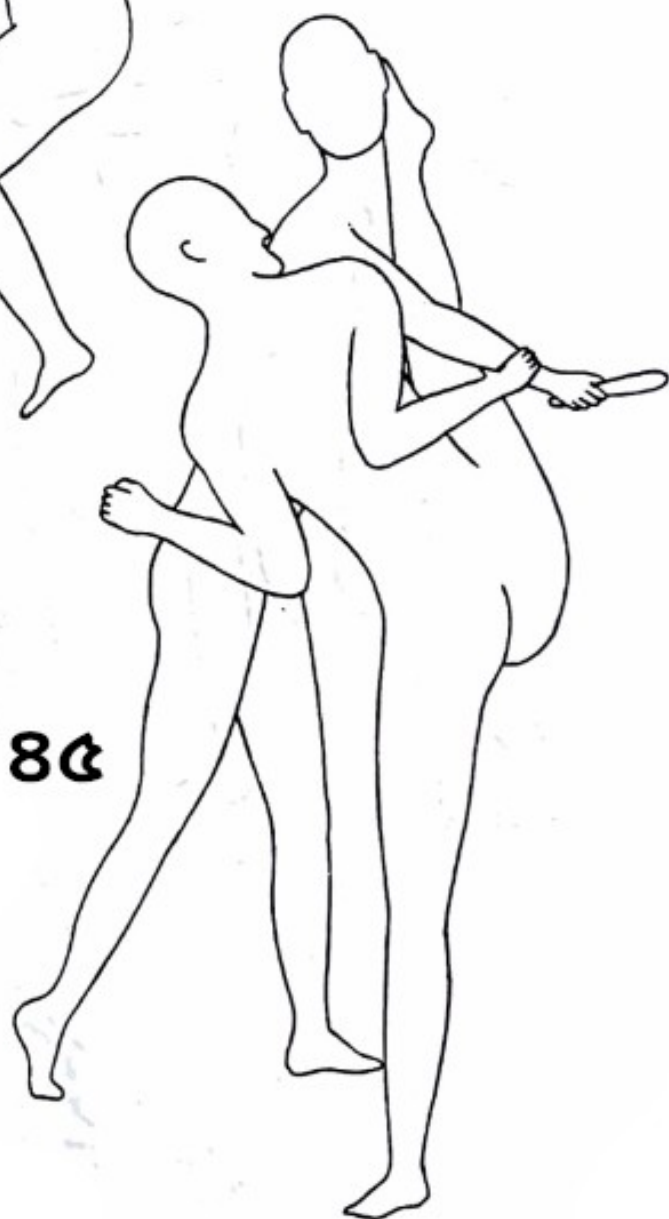
চিত্র ৪২



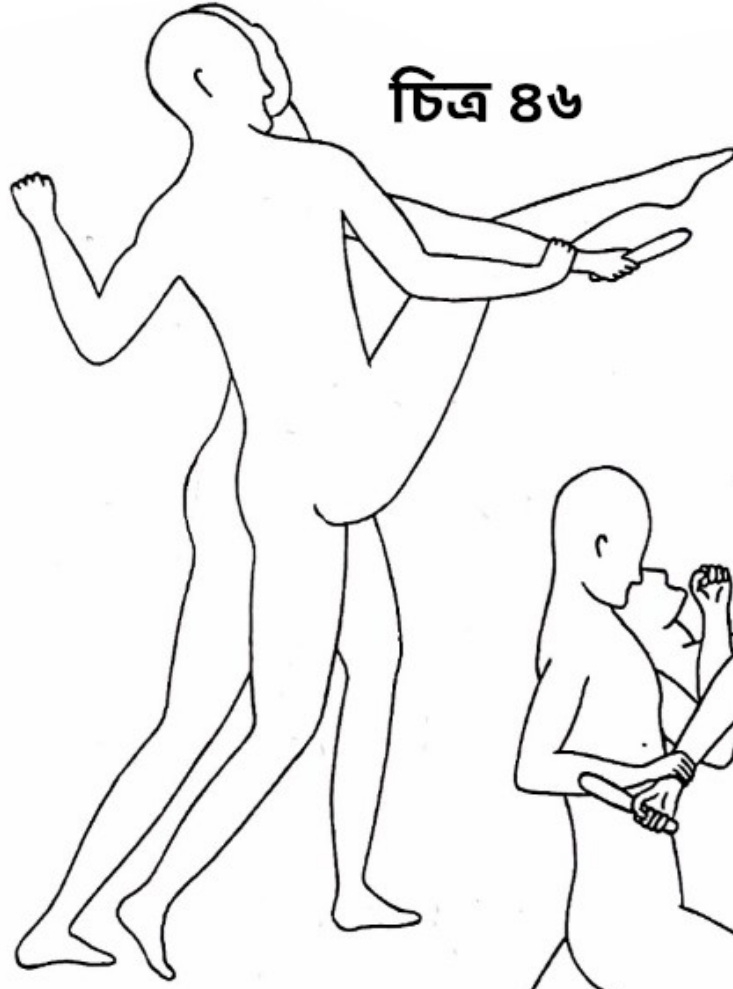
চিত্র ৪৩



চিত্র ৪৪



চিত্র ৪৫



চিত্র ৪৬



চিত্র ৪৭

চিত্র ৪৬-এ মার্শাল আর্টিস্ট যখন তার লাথিটি নামিয়ে আনেন, তখন তিনি তার দাঁড়ানো পায়ের অবস্থান পরিবর্তন করে শরীরকে ডানদিকে ঘোরান, অস্ত্র ধরা হাতটি প্রসারিত করেন এবং হাত দিয়ে একটি প্রশস্ত আঘাত হানার জন্য প্রস্তুত

হন। এরপর তিনি তাঁর পা মাটিতে স্থাপন করেন এবং প্রতিপক্ষের কনুইয়ের জোড়ার পেছনের দিকে তাঁর হাত দিয়ে সজোরে আঘাত করেন; এই আঘাতে কনুইয়ের জোড়াটি মটকে যায় এবং আক্রান্ত ব্যক্তির শরীরের ওপরের ডান অংশটি অবশ হয়ে পড়ে (চিত্র ৪৭)।

চিত্র ৪৮



আক্রান্ত ব্যক্তি তার হাতের অঙ্গটি ফেলে দেবে, কারণ তার ডান হাতের ওপর তার আর কোনো নিয়ন্ত্রণ থাকবে না। সে সম্ভবত মাটিতেই লুটিয়ে পড়বে; তাই মার্শাল আর্ট শিল্পীকে চূড়ান্ত কৌশলটি প্রয়োগ করার জন্য অত্যন্ত দ্রুত নড়াচড়া করতে হবে। তিনি প্রতিপক্ষের ঠিক পেছনে সরে যান এবং তাঁর বাম হাত দিয়ে প্রতিপক্ষের মাথাটি পেছনের দিকে টেনে ধরেন (চিত্র ৪৮)।



চিত্র ৪৯



চিত্র ৫০

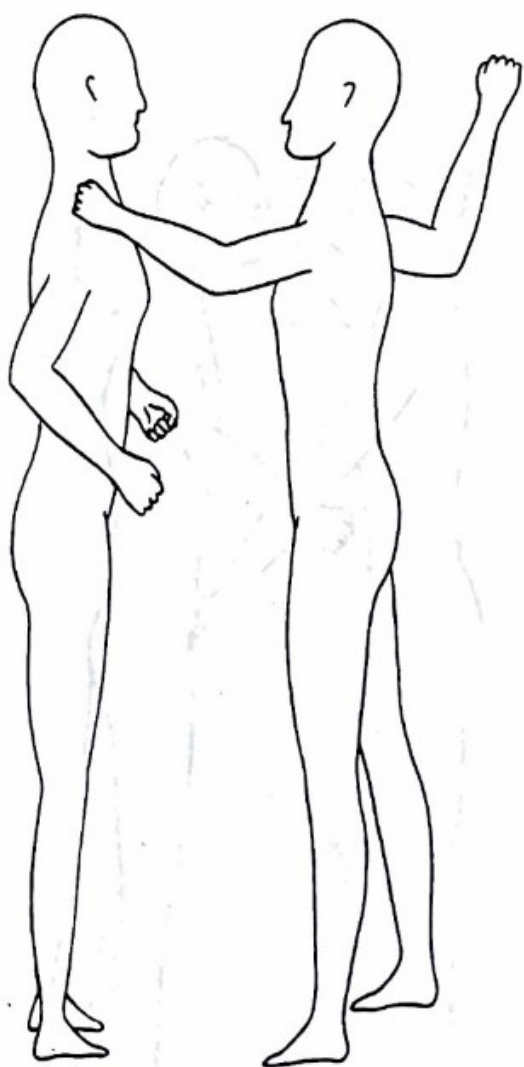
চিত্র ৪৯-এ দেখা যায়, প্রতিপক্ষের মাথাটি যতটা সম্ভব পেছনের দিকে টেনে ধরা হয়েছে। মার্শাল আর্টিস্ট কাছে এগিয়ে যান, প্রতিপক্ষের মুখের ওপর নিজের বুক ও পেট রাখেন এবং ঘাড়ের নিচে দুই হাত ভাঁজ করে এনে প্রতিটি কনুই চেপে ধরে নিজের সর্বোচ্চ শক্তি প্রয়োগ করেন। এরপর নিজের পা দুটি প্রসারিত করেন এবং পিঠের পেশিগুলোর সাহায্যে ওপরের দিকে সজোরে টান দিয়ে তিনি প্রতিপক্ষের ঘাড় মটকে দেন—যা চিত্র ৫০-এ প্রদর্শিত হয়েছে।

এই ঘটনার এক মিনিটের মধ্যেই আক্রান্ত ব্যক্তির মৃত্যু ঘটবে।

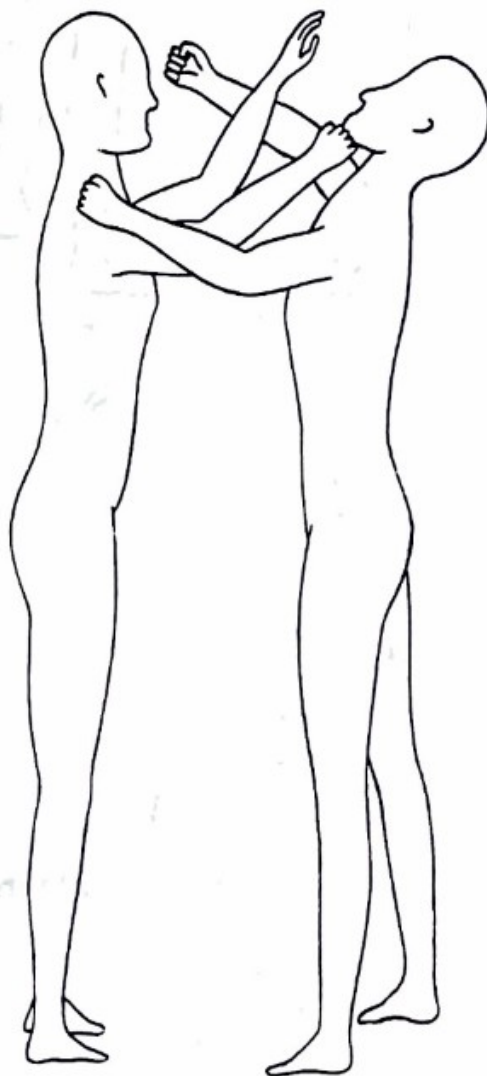
কৌশল ৫

চিত্র ৫১-এ, মার্শাল আর্টিস্টকে কলার ধরে ফেলা হয়েছে এবং ঘুষি মারতে প্রস্তুতি নিচ্ছে। আসতে থাকা ঘুষি ঠেকাতে সে বাঁ-হাত দিয়ে সেটা আটকায় এবং সঙ্গে সঙ্গে চোয়ালের মাথায় একটি ঘুষি মারে। (চিত্র ৫২)।

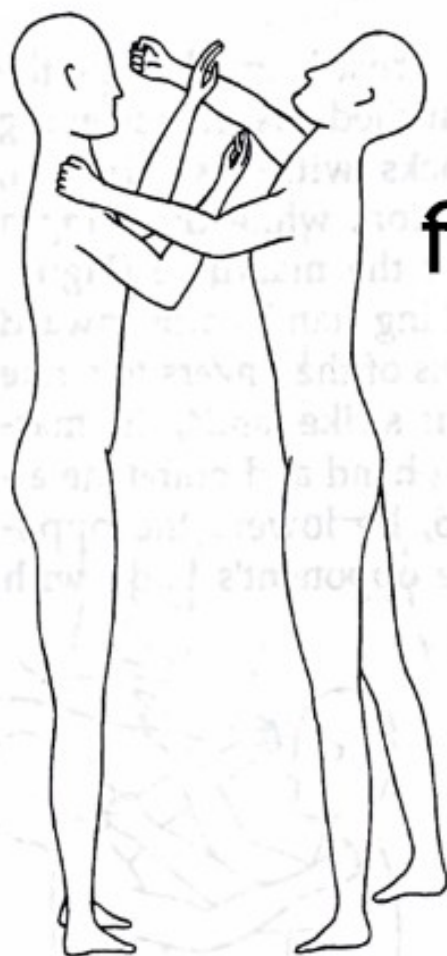
এরপর তিনি আঘাতকারীর হাতটি তালুর ভেতরের দিকে ঘুরিয়ে নেন (চিত্র ৫৩) এবং আঙুলের পেছন দিক দিয়ে কুঁচকিতে আঘাত করেন (চিত্র ৫৪)। এই আঘাতটি লাগার সাথে সাথেই, মার্শাল আর্টিস্ট তার প্রতিহতকারী হাতটি ঘুরিয়ে আক্রমণকারীর কব্জি ধরে ফেলেন



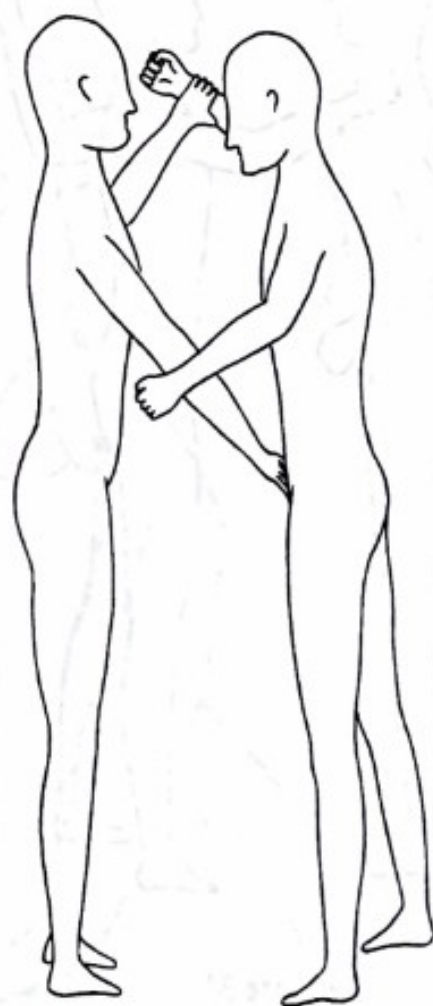
চিত্র ৫১



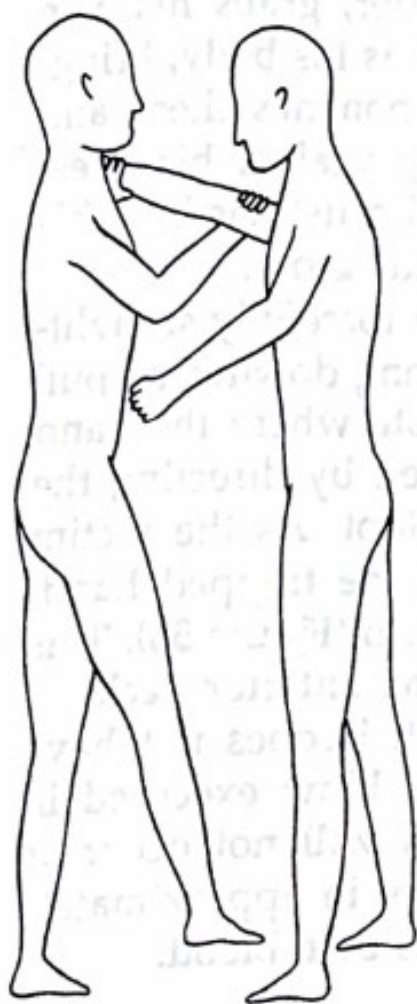
চিত্র ৫২



চিত্র ৫৩



চিত্র ৫৪



চিত্র ৫৫



চিত্র ৫৬

চিত্র ৫৫-এ, তিনি প্রতিপক্ষের হাতটি নিচে নামিয়ে আনেন, তার ডান পা দিয়ে প্রতিপক্ষের শরীর অতিক্রম করেন এবং নিচ দিয়ে হাত বাড়িয়ে কনুইয়ের ঠিক উপরে তার হাতটি ধরেন। এরপর তিনি তার শরীর ঘুরিয়ে পিঠ প্রতিপক্ষের বুকের সাথে একেবারে লাগিয়ে দেন এবং প্রতিপক্ষের হাতটি তার বুকের সাথে শক্তভাবে আটকে দেন (চিত্র ৫৬)। লক্ষ্য করুন যে মার্শাল আর্টিস্ট তার পা দুটি এমনভাবে বাঁকিয়েছেন যাতে তার নিতম্ব কুঁচকিতে চেপে বসে।

চিত্র ৫৭



চিত্র ৫৭-তে, মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের ডান হাতে (লক্ষ্য করুন হাতটি কোথায় আটকে আছে) সজোরে নিচের দিকে টান দিয়ে একযোগে তার পা দুটি সজোরে সোজা করেন। ডান কাঁধকে বাম পায়ে দিকে নিয়ে এই ফ্লিপটি করা হয়।

চিত্র ৫৮



চিত্র ৫৯



শিকার মাটিতে পড়ার সাথে সাথে, মার্শাল আর্টিস্ট আটকে থাকা হাতটি ধরে রাখেন, উবু হয়ে বসেন এবং পেছন দিকে মার্শাল আর্টিস্ট নিজের হাত টানেন (চিত্র ৫৮) এবং গলার সামনের দিকে শক্তভাবে আঘাত করেন, যেমনটি চিত্র ৫৯-এ দেখানো হয়েছে, যদিও এতে চিত্র ৪১-এর মত এত শক্তভাবে আঘাত করা নাও হতে পারে যার কারণে মারা যেতে হয়তো একটু দেরি হবে কিন্তু শিকার প্রায় এক মিনিটের মধ্যে নিজের রক্তে শ্বাসরুদ্ধ হয়ে মারা যাবে।

অধ্যায় ৪ঃ সমাপ্তি কৌশল

চূড়ান্ত কৌশলকে একটি নিরাপত্তা কভার বলে ধরা যায়। মার্শাল আর্টের সমস্ত কৌশল—যেমন অস্থিসন্ধি ভাঙা, নকআউট কৌশল এবং অক্ষমকারী আঘাত—একটি নির্দিষ্ট ফলাফল অর্জনের জন্যই তৈরি করা হয়। সঠিকভাবে প্রয়োগ করা হলে, এগুলো সেই ফলাফলই প্রদান করে। তবে, কিছু নির্দিষ্ট বিষয় রয়েছে যা একটি কৌশলের কার্যকারিতা এবং দক্ষতায় বাধা সৃষ্টি করতে পারে।

দ্বিতীয় অধ্যায়ে যেমন আলোচনা করা হয়েছে, প্রতিপক্ষের শারীরিক গঠন একটি সমস্যা তৈরি করতে পারে, দ্রুত গতিতে চলার সময়, পিচ্ছিল ভূখণ্ড মার্শাল আর্টিস্টের জন্য সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে, প্রতিপক্ষের অস্বাভাবিক শক্তি আরেকটি সম্ভাব্য সমস্যা। মূল কথা হলো, কিছু কৌশলের জন্য খুব নির্দিষ্ট এঙ্গেলের প্রয়োজন হয়, আবার অন্যগুলোর জন্য ধাপে ধাপে অনুপ্রবেশ প্রয়োজন। সঠিকভাবে প্রয়োগ করা না হলে কৌশলগুলোর কার্যকারিতা ও তার ফলস্বরূপ ফলপ্রসূতা হ্রাস পাবে।

যদি মৃত্যুই কাঙ্ক্ষিত ফলাফল হয়, তবে কৌশলটি সম্পূর্ণ কার্যকর হয়েছে কিনা তা যাচাই করার মূলত দুটি উপায় আছে: আক্রান্ত ব্যক্তির নাড়ি এবং শ্বাস-প্রশ্বাস পরীক্ষা করার জন্য যথেষ্ট সময় থাকা, অথবা সে মেঝেতে পড়ে যাওয়ার পর একটি চূড়ান্ত কৌশল প্রয়োগ করা। গুরুত্বপূর্ণ শারীরিক লক্ষণ পরীক্ষা করার জন্য অবশ্যই সঠিক পরিস্থিতির প্রয়োজন হয়।

যদি লড়াইটি কোনো বদ্ধ ঘর বা অনুরূপ নির্জন স্থানে হয়ে থাকে, তবে গুরুত্বপূর্ণ শারীরিক লক্ষণগুলো পরীক্ষা করার জন্য সময় নেওয়া যুক্তিসঙ্গত হতে পারে। কিন্তু, যদি এটি কোনো খোলা যুদ্ধক্ষেত্র বা শত্রুর সামরিক শিবিরে হয়, তবে কৌশলটির কার্যকারিতা যাচাই করতে ব্যয় করা সময় মার্শাল আর্টিস্টের মৃত্যুর কারণ হতে পারে।

এই অধ্যায়ে আমি ‘ওভারকিল প্রিন্সিপল’ বা ‘অতিরিক্ত আঘাত নীতি’ নামে পরিচিত কিছু চূড়ান্ত আঘাত হানার কৌশল এবং সেগুলোর কৌশলগত প্রয়োগ নিয়ে আলোচনা করব। এগুলো কেবল অতিরিক্ত অক্ষম করার বা নকআউট করার কৌশল নয়, যেমন—কুঁচকি বা চিবুকে একটি অতিরিক্ত লাথি, পাঁজরে গোড়ালির আঘাত, বা এই জাতীয় অন্য কোনো আক্রমণ না যা কেবল অতিরিক্ত আঘাতের কারণ হবে।

এই অধ্যায়ের চূড়ান্ত আঘাত হানার কৌশলগুলো প্রতিপক্ষের মৃত্যু নিশ্চিত করবে।

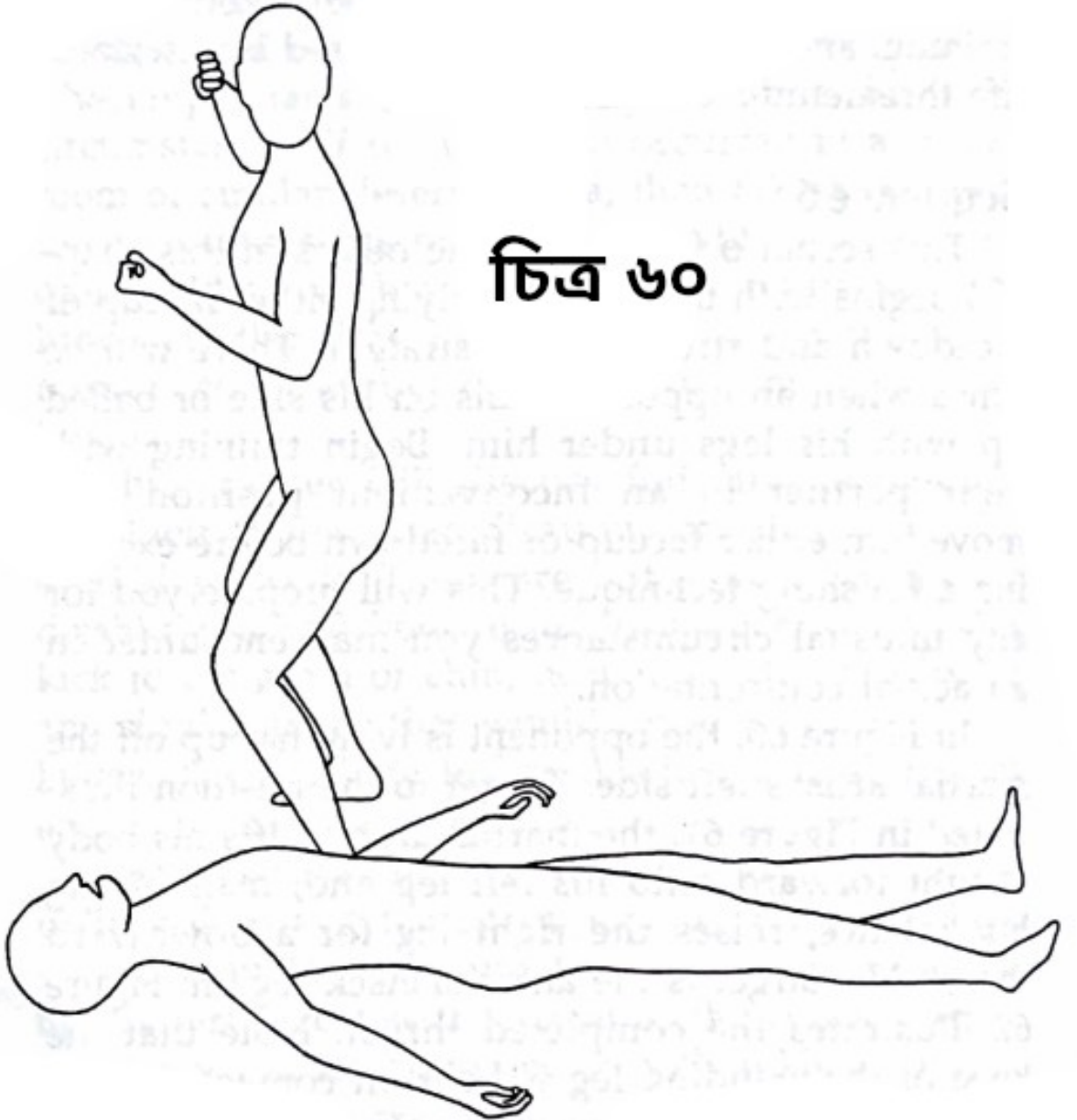
আমি সবসময় শিখিয়েছি যে, পরাজিত প্রতিপক্ষকে একটি চূড়ান্ত আঘাত করা উচিত, অন্তত এই কারণে যে, মার্শাল আর্টিস্ট সংঘর্ষের স্থান ত্যাগ করার পর সে যেন ধাওয়া করতে না পারে। আমি এক বা উভয় গোড়ালি বা হাঁটুর চেয়ে গোড়ালির আঘাত বেশি পছন্দ করি। যদি সে উঠে দাঁড়াতে এবং ধাওয়া করতে না পারে, তবে সে আর কোনো তাৎক্ষণিক হুমকি নয়। যদি কোনো মার্শাল আর্টিস্ট নিজেকে চূড়ান্ত কৌশল ব্যবহারে প্রশিক্ষিত করেন, তবে সেগুলো অনেকটা সহজ হয়ে উঠবে, যার জন্য কোনো চিন্তার প্রয়োজন হবে না, ফলে খুব কম সময়েই লড়াই শেষ করা যাবে।

মাস্টারের ডেথ টাচের একটাই লক্ষ্য: নিরস্ত্র হত্যা। আমরা এই পূর্বনির্ধারিত সত্যটি নিয়ে কাজ করছি যে, প্রতিপক্ষকে যেকোনো কারণেই হোক মরতেই হবে। এই বইয়ের অনেক কৌশলই সঠিকভাবে প্রয়োগ করা হলে সেই ফল দেবে।

কিন্তু এই পর্যায়ে একটি সতর্কবাণী দেওয়া প্রাসঙ্গিক। এই কৌশলগুলো, এবং এই বইয়ের অন্যান্য কৌশলগুলোও, অত্যন্ত বিপজ্জনক। প্রশিক্ষণের সময় সর্বোচ্চ সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে, এবং এগুলো অত্যন্ত গুরুতর, জীবন-হুমকির পরিস্থিতিতেই ব্যবহার করা উচিত।

কৌশল ৬

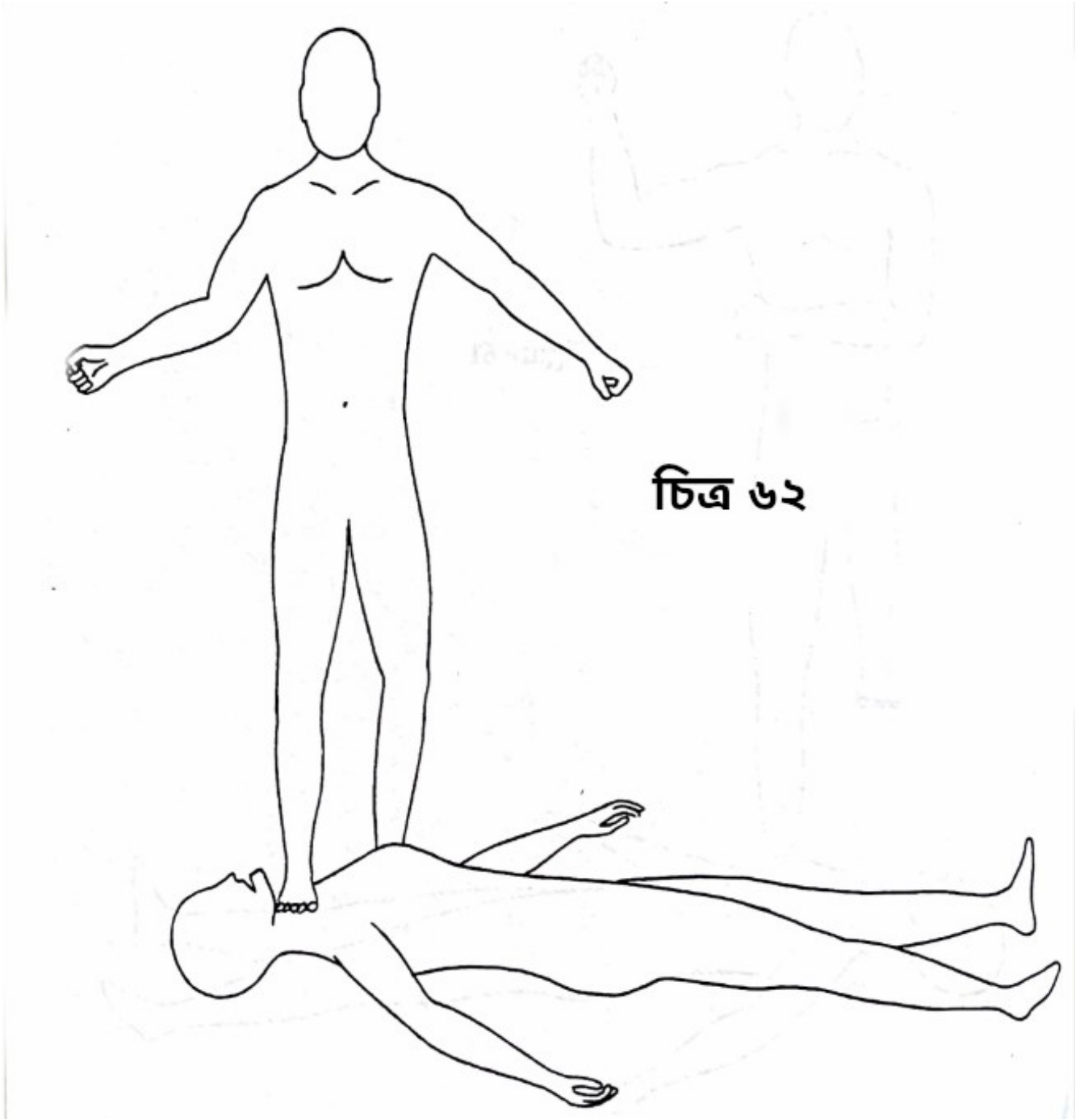
এই দৃশ্যকল্পটি (এবং এই অধ্যায়ের অন্যগুলোও) শুরু হয় প্রতিপক্ষ সোজা হয়ে চিৎ বা উপুড় হয়ে শুয়ে থাকার মাধ্যমে। এমন সময়ও আসবে যখন প্রতিপক্ষ একপাশে কাত হয়ে বা পা গুটিয়ে পড়ে থাকবে। আপনার সঙ্গীকে একটি অসুবিধাজনক অবস্থানে রেখে প্রশিক্ষণ শুরু করুন এবং চূড়ান্ত কৌশলটি প্রয়োগ করার আগে তাকে চিৎ করে অথবা উপুড় করে শোয়ান। এটি আপনাকে প্রকৃত সংঘর্ষে সম্মুখীন হতে পারে এমন যেকোনো অস্বাভাবিক পরিস্থিতির জন্য প্রস্তুত করবে।



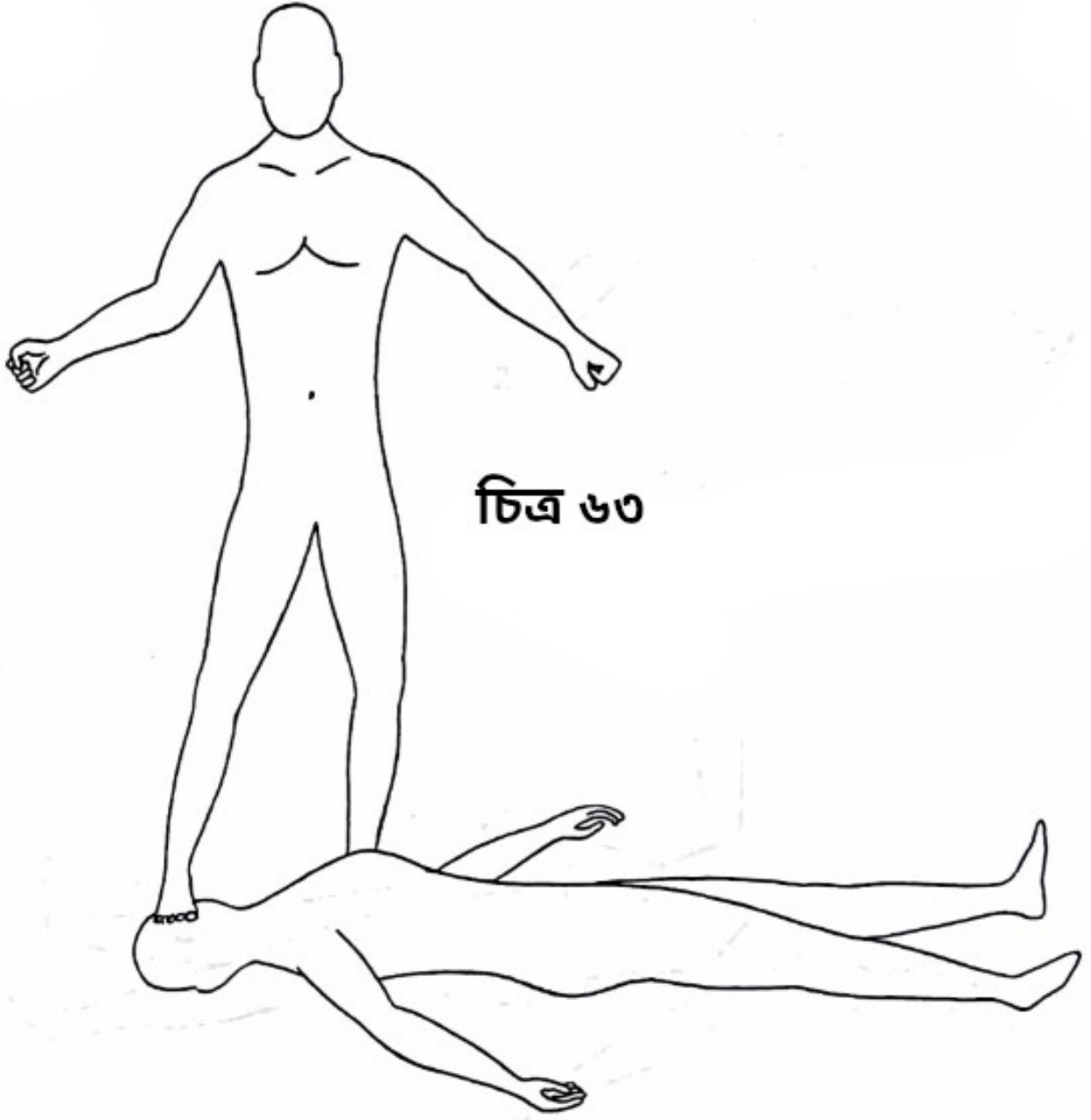
চিত্র ৬০-এ, প্রতিপক্ষ মার্শাল আর্টিস্টের বাম পাশে চিৎ হয়ে শুয়ে আছে।



চিত্র ৬১-এ প্রদর্শিত অবস্থানে পৌঁছানোর জন্য, মার্শাল আর্টিস্ট তার শরীরের ভার সামনের দিকে বাম পায়ের উপর স্থানান্তর করেন এবং ভারসাম্য বজায় রেখে ডান পা নিচের দিকে আঘাত হানার জন্য তোলেন। তার লক্ষ্য হলো গলার সামনের অংশ।



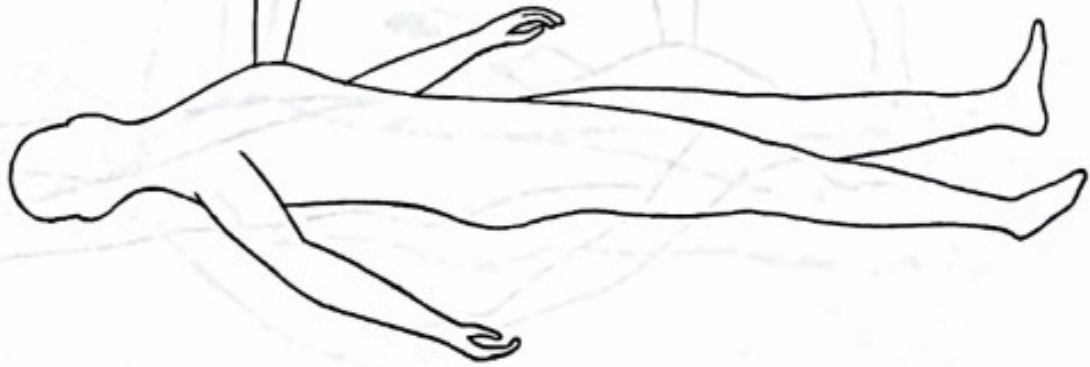
চিত্র ৬২-এ সম্পন্ন আঘাতটি দেখানো হয়েছে। লক্ষ্য করুন যে, আঘাতের মুহুর্তে দাঁড়ানো পায়ের হাঁটু বাঁকানো থাকে—এটি আঘাতের শক্তির সাথে আরও জোর যোগ করার জন্য করা হয়।

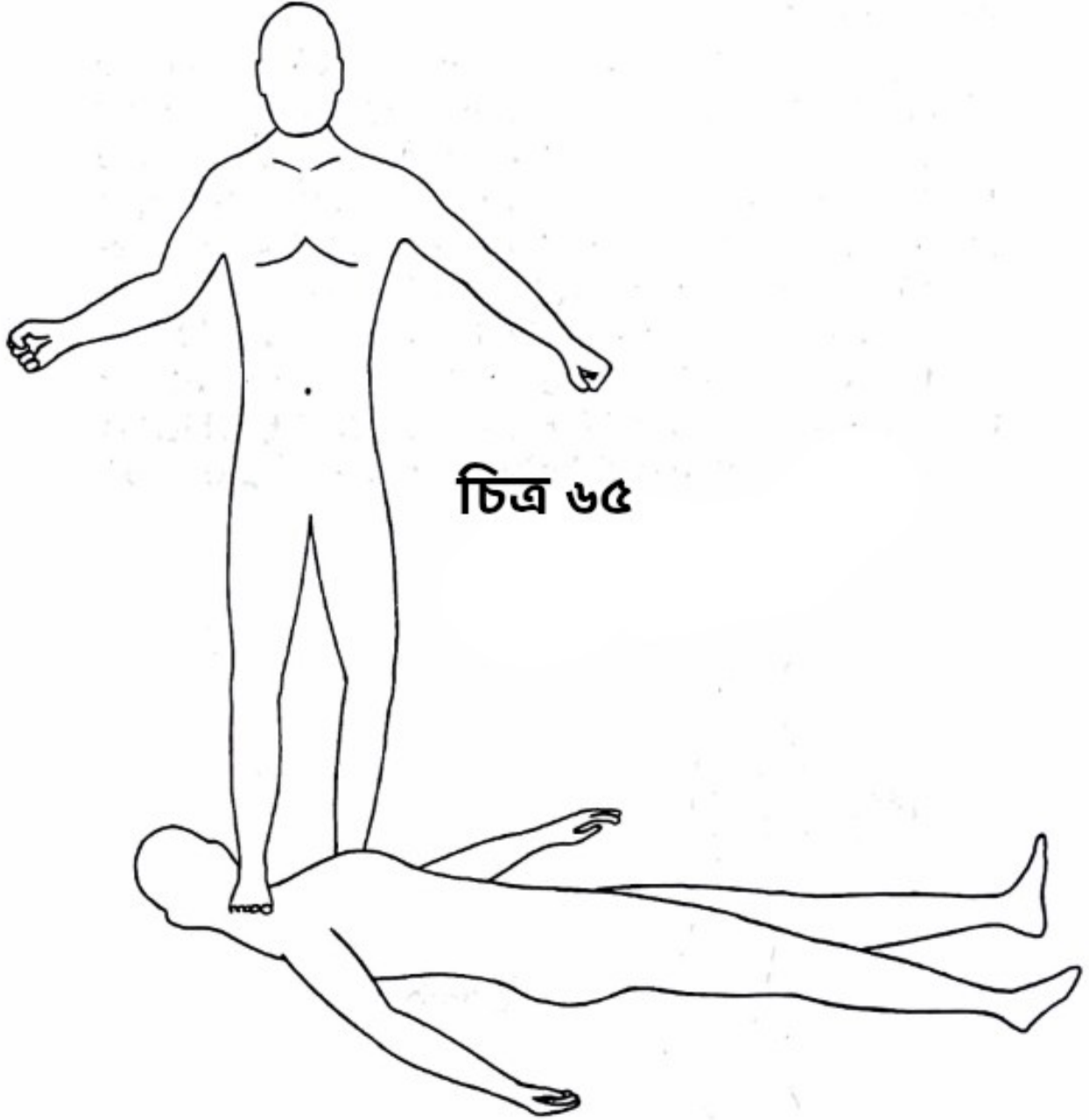


চিত্র ৬৩-এ, আঘাতকারী পা ব্যবহার করে শিকারের মাথা একপাশে ঘোরানো হয়, যাতে চূড়ান্তভাবে আঘাত সুবিধা হয়—স্টার্নোকেইডোমাসটয়েড অঞ্চল—উন্মুক্ত হয়।



চিত্র ৬৪

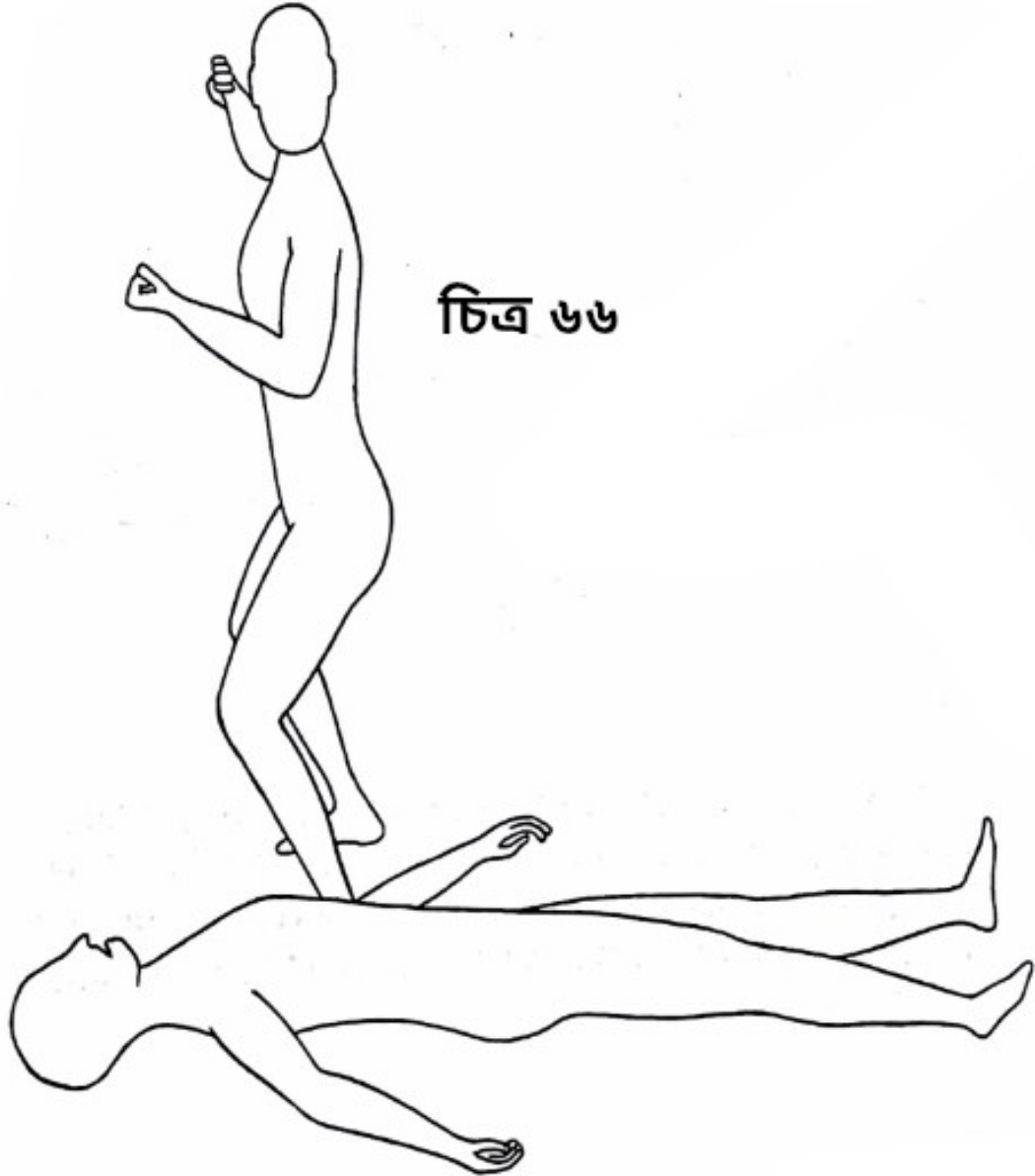




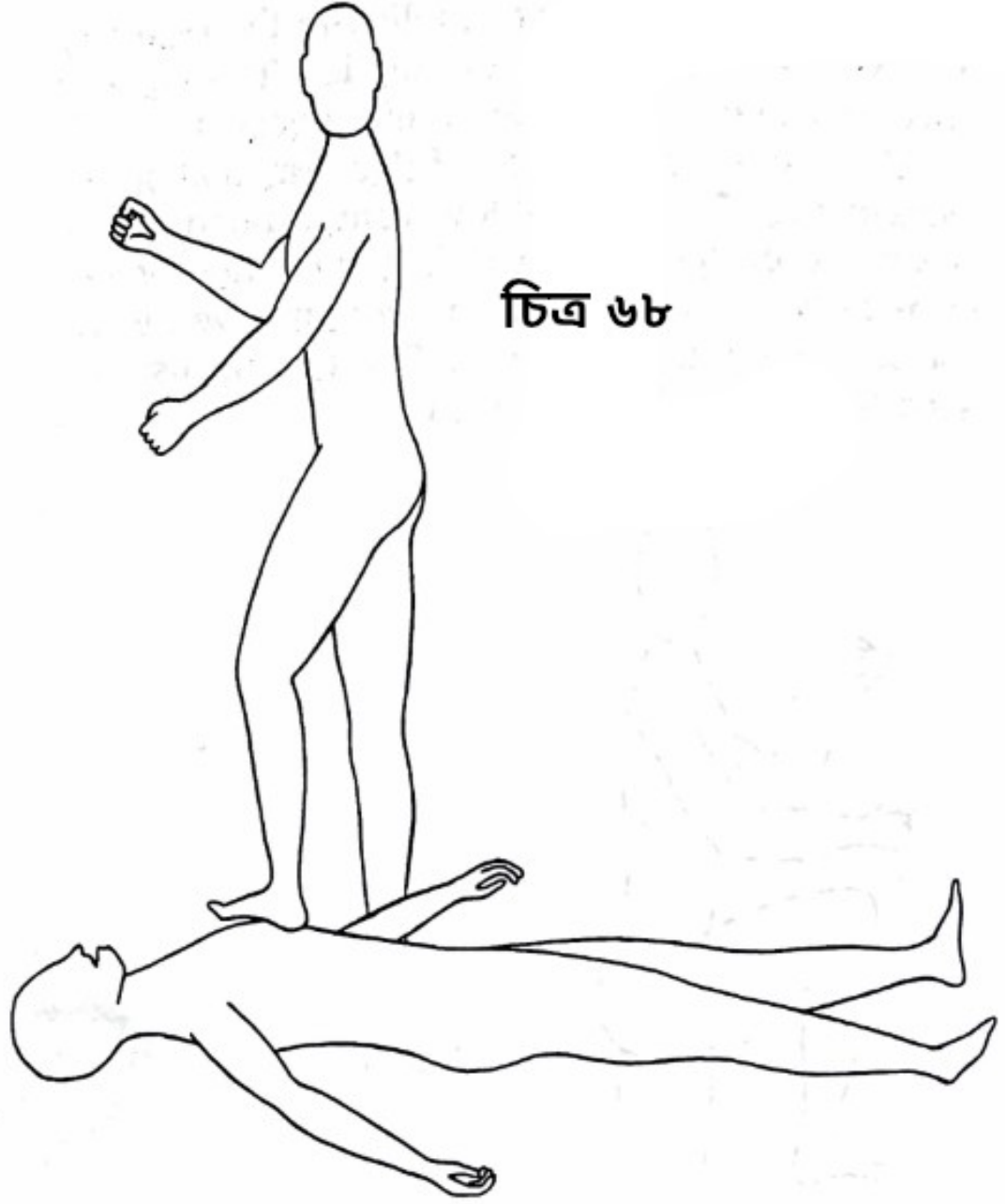
ডান পা আবার আঘাত করার অবস্থানে তোলা হয় (চিত্র ৬৪) এবং লক্ষ্যের দিকে নিচের দিকে চালিত করা হয় (চিত্র ৬৫)। গলা ভেদ করে গোড়ালির প্রবেশ লক্ষ্য করুন। (ভুলভাবে ব্যবহার করলে গোড়ালি ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে, কিন্তু জুতো পরা অবস্থায় এটিকে কার্যকরভাবে অস্ত্র হিসেবে প্রয়োগ করা যায়। এই বিষয়ে আরও বিস্তারিত তথ্যের জন্য 'ড্রাগনের স্পর্শের লৌহ হস্ত' দেখুন।)

এই ক্রমের ফলে প্রথম আঘাতে স্বরযন্ত্র এবং শ্বাসনালী সম্পূর্ণরূপে নিশ্চিহ্ন হয়ে যাবে এবং দ্বিতীয় আঘাতে গলার কশেরুকা স্থানচ্যুত হবে। মস্তিষ্কে রক্ত সঞ্চালনও ব্যাহত হবে।

কৌশল ৭





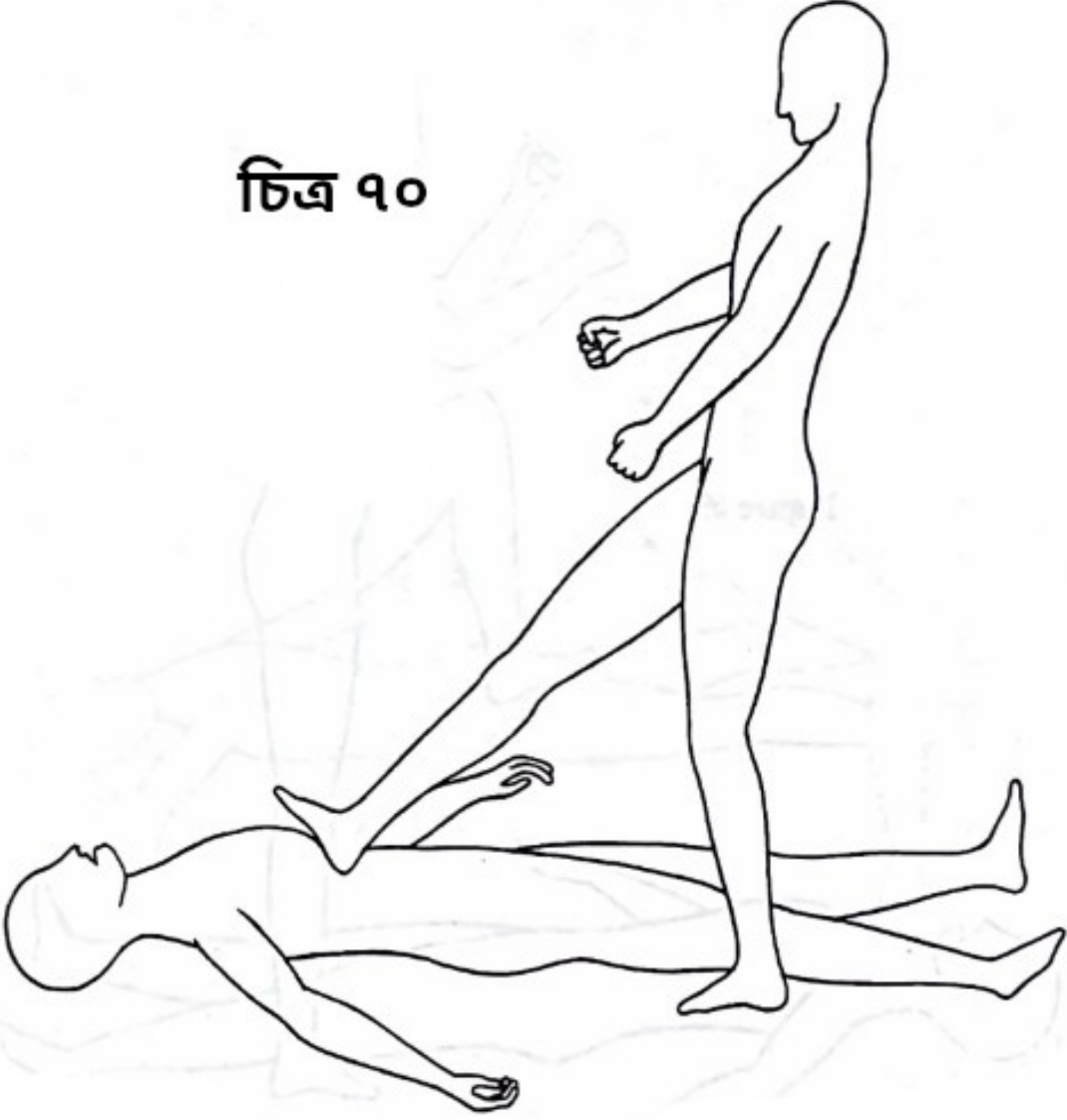


চিত্র ৬৬-তে আবার প্রতিপক্ষকে মার্শাল আর্টিস্টের বাম পাশে চিৎ হয়ে শুয়ে থাকতে দেখানো হয়েছে। চিত্র ৬৭-এ দেখানো প্রস্তুতি অবস্থানে আসার জন্য, বাম পায়ের জায়গায় ডান পা রেখে একটি লাফ দেওয়া হয় এবং ধাক্কা দেওয়ার জন্য বাম পা উপরে তোলা হয়। চিত্র ৬৮-তে, লাথিটি স্টারনামের (বুকের হাড়) নিচের প্রান্তে চালানো হয়।

চিত্র ৬৯



চিত্র ৭০



চিত্র ৬৯-এ দেখানো অবস্থানে আসার জন্য, বাম পা প্রতিপক্ষের শরীরের উপর দিয়ে আড়াআড়িভাবে যায় এবং একই সাথে ডান পা চূড়ান্ত খোঁচা দেওয়ার জন্য উপরে তোলা হয়, যা এরপর সাবস্টারনাল নচ (বুকের হাড়ের নিচের খাঁজ)-এর দিকে পরিচালিত হয় (চিত্র ৭০)।

লক্ষ্য করুন — পায়ের সোজা ধাক্কা আঘাতের দিকটি লক্ষ্যের দিকে যায়; সর্বোচ্চ কার্যকারিতার জন্য এই এঙ্গেলটি জরুরি।

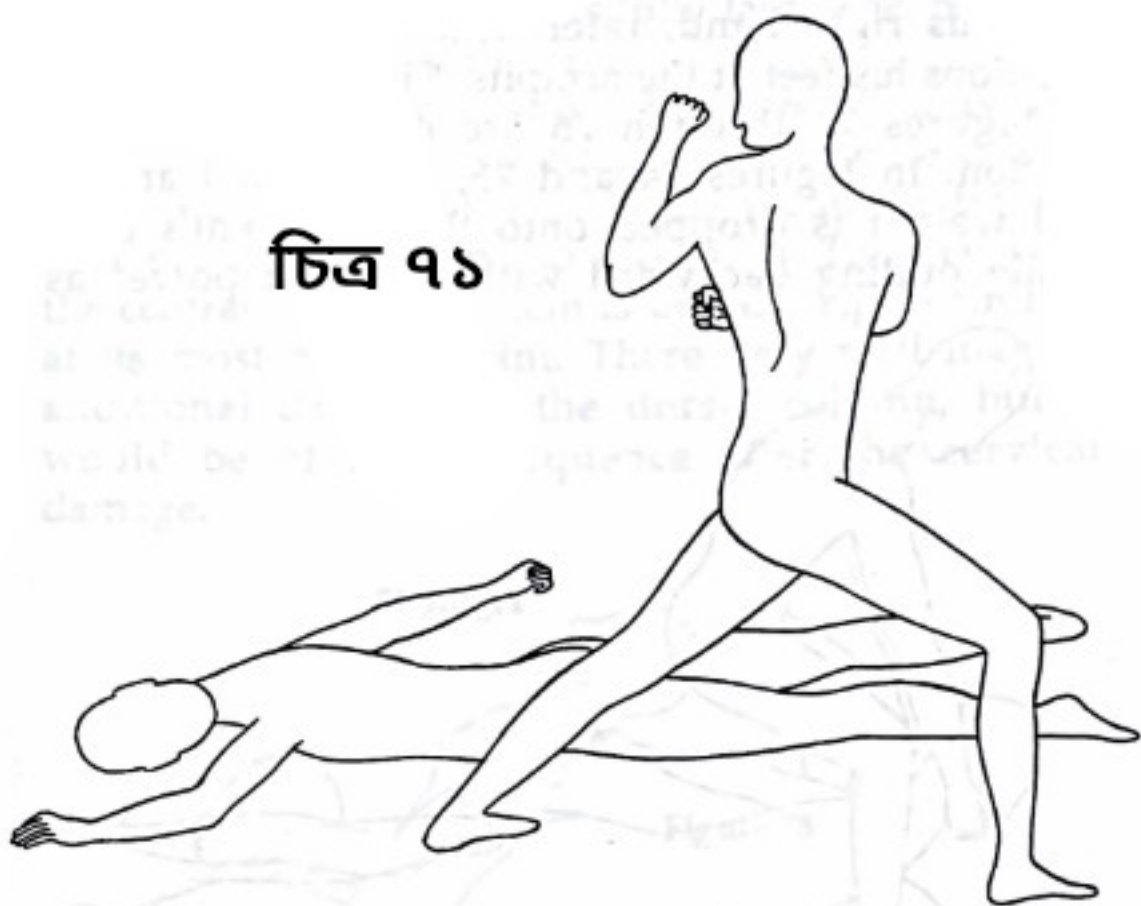
এই আঘাতগুলোর শারীরিক প্রভাব মারাত্মক হবে। স্টারনামের নিচের প্রান্তে কেন্দ্রীভূত প্রাথমিক আঘাতটি পাঁজরের হাড় এবং স্টারনামের মধ্যকার সংযোগ বিচ্ছিন্ন করে দেবে, যা স্টারনাম এবং জাইফয়েডকে দুর্বল করে দেবে। চূড়ান্ত ধাক্কাটি হৃৎপিণ্ড গিয়ে লাগবে।

কৌশল ৮

এই অধ্যায়ের শেষ কৌশলে, প্রতিপক্ষ মার্শাল আর্টিস্টের বাম দিকের পেছনের অংশে পড়ে উপুড় হয়ে শুয়ে আছে (চিত্র ৭১)। এরপর মার্শাল আর্টিস্ট তার দিক ১৮০ ডিগ্রি ঘুরিয়ে ডান পা দিয়ে প্রতিপক্ষের মাথার পাশে এসে দাঁড়ান।

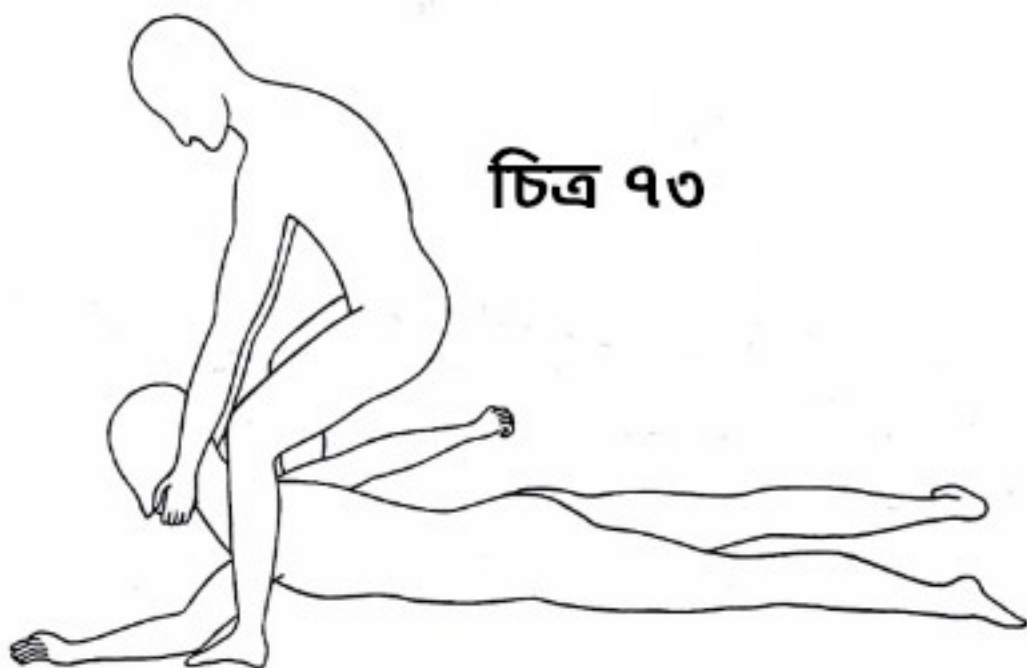
তিনি তার বাম হাঁটু মেঝেতে নামিয়ে বাম হাত দিয়ে প্রতিপক্ষের মাথা বা চুল ধরেন, এবং প্রতিপক্ষের মাথা ঘুরিয়ে মাটির দিকে মুখ করান (চিত্র ৭২)।

চিত্র ৭১



চিত্র ৭২







ଚିତ୍ର ୧୫



ଚିତ୍ର ୧୬

তিনি তার ডান হাত দিয়ে প্রতিপক্ষের চিবুকের নিচে হাত ঢুকিয়ে আঙুলগুলো একে অপরের সাথে জড়িয়ে নেন এবং পা দুটি বগলের নিচে রাখেন (চিত্র ৭৩)। চিত্র ৭৪ থেকে ৭৬ পর্যন্ত একটি অবিচ্ছিন্ন গতিবিধি। চিত্র ৭৪ এবং ৭৫-এ, মার্শাল আর্টিস্ট যথাসম্ভব শক্তি দিয়ে পেছনের দিকে টানতে টানতে তার সম্পূর্ণ শরীরের ওজন প্রতিপক্ষের পিঠের উপর ফেলেন। চিত্র ৭৬-এর মধ্যে, তিনি প্রতিপক্ষের মাথা সাথে নিয়ে পুরোপুরি পেছনের দিকে হেলে পড়েন।

এর শারীরবৃত্তীয় ফলাফল সুস্পষ্ট। মেরুদণ্ডের স্নায়ু এবং গ্রীবাদেশীয় কশেরুকার চাকতিগুলোর কিছুটা স্থিতিস্থাপকতা থাকলেও, তা এই পর্যায়ে প্রসারিত হওয়ার জন্য যথেষ্ট নয়। কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের ম্যাট্রিক্সটি এর সবচেয়ে সংকটপূর্ণ বিন্দুতে আক্ষরিকভাবে দুই ভাগে ছিঁড়ে যায়। পিঠের অংশে অতিরিক্ত ক্ষতি হওয়ার যথেষ্ট সম্ভাবনা থাকে, কিন্তু গ্রীবাদেশীয় ক্ষতির পরে তা কোনো গুরুতর বিষয় হবে না।

এই তিনটি চূড়ান্ত কৌশল প্রায় সব পরিস্থিতিতেই কার্যকর এবং এগুলো কোবরার কামড়ের মতোই মারাত্মক। এগুলো অনুশীলন করা উচিত এবং অন্যান্য অধ্যায়ে বর্ণিত কৌশলগুলোর সাথে অন্তর্ভুক্ত করা উচিত। এই কৌশলগুলো পরে না ভেবে স্বতঃস্ফূর্তভাবে ব্যবহার করাই উত্তম। অপ্রত্যাশিত পরিস্থিতিতে একজন বিশেষজ্ঞেরও যুদ্ধ করার ক্ষমতা কমে যেতে পারে।

চূড়ান্ত কৌশলগুলো নিশ্চিত করে যে কাজটি সম্পন্ন হয়েছে।

আবারও বলছি, এই মার্শাল আর্ট কৌশলগুলো অনুশীলন করার সময় চরম সতর্কতা অবলম্বন করা উচিত। এগুলো মারাত্মক। প্রশিক্ষণের সময় সর্বদা এটি মনে রাখবেন।

অধ্যায় ৫ঃ নিকটবর্তী হত্যা

কোনো আবদ্ধ বা সংকীর্ণ স্থানে লড়াই করাটা হতে পারে নিরস্ত্র যুদ্ধের সবচেয়ে ভীতিকর রূপ—বিশেষ করে যখন পরিস্থিতিটি জীবন-মরণের প্রশ্ন হয়ে দাঁড়ায়। মুক্ত বা খোলা জায়গায় পালানোর এমন অনেক কৌশল রয়েছে যা প্রায় নিখুঁতভাবে কাজ করে, কিন্তু কোনো আবদ্ধ স্থানে সেগুলো একেবারেই ব্যবহার করা সম্ভব নয়।

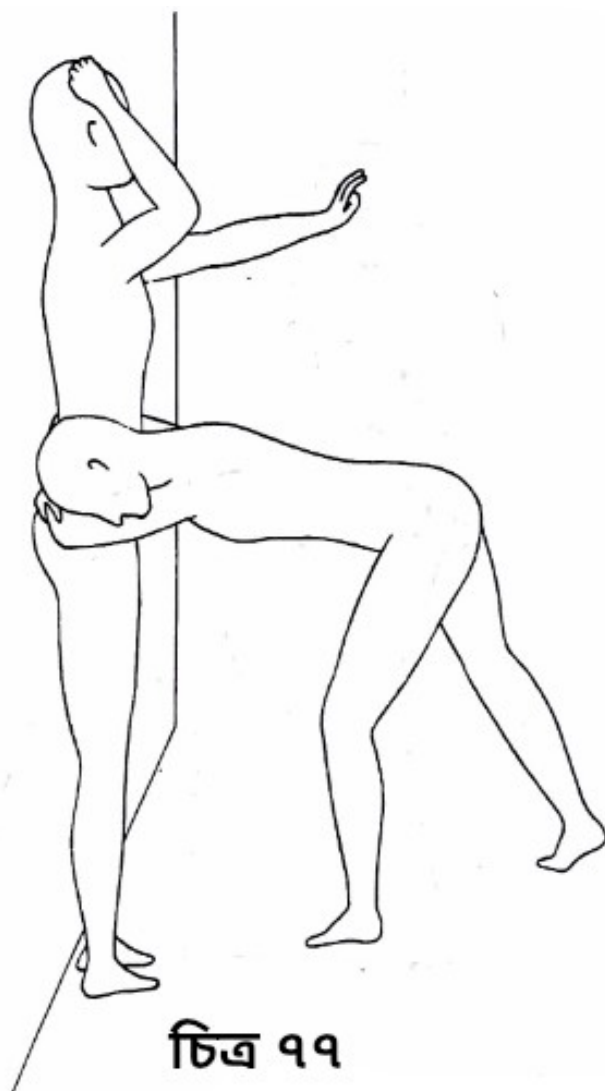
পালানোর এই কৌশলগুলোর অনেকগুলোই আপনাকে দ্বিতীয়বার সুযোগ করে দেয়—যদি আপনি প্রতিপক্ষের আক্রমণ বুঝতে ভুল করেন কিংবা আক্রমণটি প্রতিহত (block) করতে খুব বেশি দেরি করে ফেলেন। কিন্তু অত্যন্ত নিকটবর্তী লড়াইয়ের (close-contact fighting) ক্ষেত্রে এমন সুযোগ পাওয়ার সম্ভাবনা থাকে না। উদাহরণস্বরূপ, যখন আপনার পিঠ কোনো দেয়ালের সাথে ঠেকে থাকে কিংবা আপনি কোনো সংকীর্ণ স্থানে আটকা পড়ে থাকেন, তখন দীর্ঘ-ব্যাপ্তির (long-stroke techniques) কৌশলগুলো আর ব্যবহার করা সম্ভব হয় না ' — যা সাধারণত আপনার লড়াইয়ের অন্যতম হাতিয়ার।

আপনি যদি কখনো এমন পরিস্থিতির মুখোমুখি হন, তবে আপনি মর্মে মর্মে উপলব্ধি করবেন যে, অত্যন্ত নিকটবর্তী লড়াইয়ের জন্য আপনার নড়াচড়া বা কৌশলগুলো কতটা নিখুঁত ও উন্নত মানের হওয়া প্রয়োজন। যদি আপনার সেই কৌশলগুলো যথেষ্ট উন্নত মানের না-ও হয়, তবুও যাতে আপনি কোনোমতে সেই আক্রমণ থেকে বেঁচে ফিরতে পারেন। এরপর থেকে আপনার প্রশিক্ষণের একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ ও প্রধান অংশ হয়ে উঠবে এই বিশেষ কৌশলগুলো। তাই সর্বদা আপনার 'নিকটবর্তী লড়াইয়ের চালগুলো' (close-quarter fighting moves) ঠিক ততটাই একাগ্রতা ও জোরের সাথে অনুশীলন করুন, যতটা গুরুত্ব দিয়ে আপনি দীর্ঘ-ব্যাপ্তির বা দেখতে আরও আকর্ষণীয় কৌশলগুলোর অনুশীলন করে থাকেন।

নিকটবর্তী লড়াইয়ের ক্ষেত্রে সবচেয়ে বিধ্বংসী দুটি আঘাত হলো হাঁটু এবং কনুইয়ের আঘাত। কনুইকে বিভিন্নভাবে ব্যবহার করা যেতে পারে (শরীরের পূর্ণ ঘূর্ণন বা 'centrifugal rotation'-এর সহায়তায়)—যেমন ওপরের দিকে, নিচের দিকে, সামনের দিকে, পেছনের দিকে, দুই পাশের দিকে এবং আনুভূমিকভাবে (horizontal strokes)। হাঁটুর আঘাতের প্রয়োগ তুলনামূলকভাবে কম হলেও, এটি অত্যন্ত শক্তিশালী ও কার্যকর।

কৌশল ৯

এই প্রথম কৌশলে, মার্শাল আর্টিস্ট (martial artist) শুধুমাত্র হাঁটু এবং কনুইয়ের আঘাতগুলো কাজে লাগিয়েই প্রতিপক্ষকে অত্যন্ত দ্রুত ও কার্যকরভাবে কাবু করবেন।

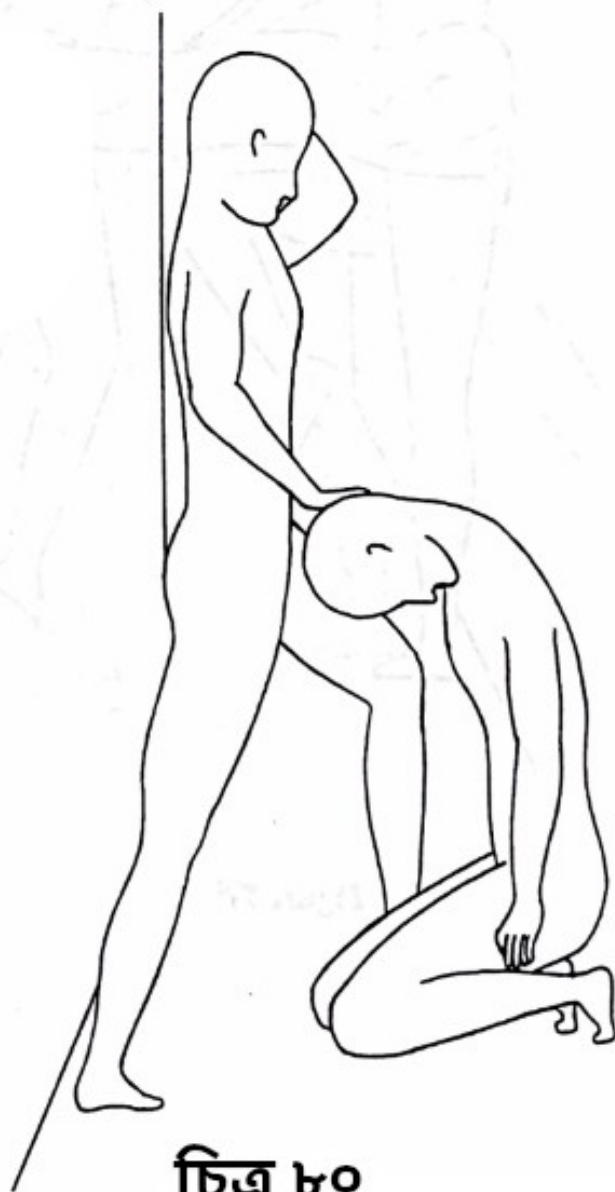


चित्र ११





চিত্র ৭৯





চিত্র ৮১

চিত্র ৭৭-এ দেখা যাচ্ছে, আক্রমণকারী মার্শাল আর্টিস্টের কোমর শক্ত করে জড়িয়ে ধরেছে এবং তাকে সজোরে একটি দেয়ালের সাথে চেপে ধরেছে।

আপাতদৃষ্টিতে এই ধরনের আক্রমণকে হয়তো খুব বেশি আশঙ্কাজনক মনে নাও হতে পারে; কিন্তু লক্ষ্য করলে দেখা যায় যে, আক্রমণকারীর হাত দুটি মার্শাল আর্টিস্টের কুঁচকির (groin) অত্যন্ত কাছাকাছি রয়েছে। তাছাড়া আক্রমণকারী যদি যথেষ্ট শক্তিশালী হন, তবে তিনি মার্শাল আর্ট শিল্পীকে শূন্যে তুলে নিয়ে সজোরে মাটিতে আছড়ে ফেলতে পারেন (body slam), কিংবা সিঁড়ির ওপর দিয়ে বা জানালার ভেতর দিয়ে বাইরে ছুড়ে ফেলে দিতে পারেন। তাই, এভাবে কারো দ্বারা আবদ্ধ হয়ে থাকাটা দেখতে যতটা সাধারণ মনে হয়, বাস্তবে তা তার চেয়েও অনেক বেশি বিপজ্জনক।

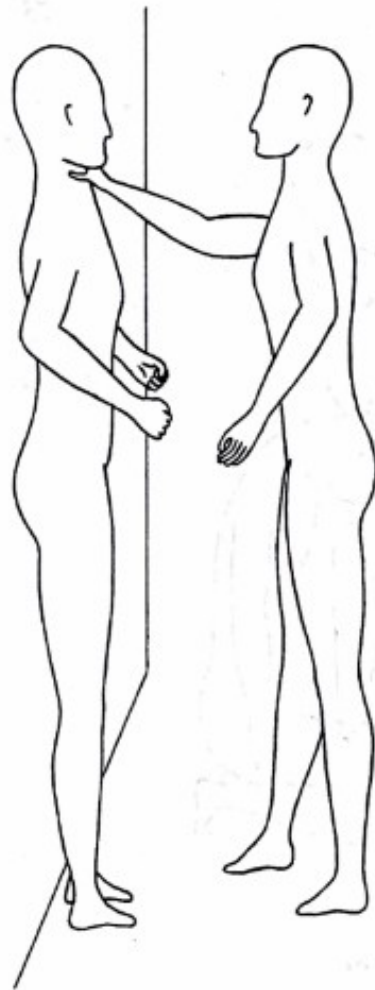
চিত্র ৭৭-এ যেমনটি নির্দেশ করা হয়েছে, মার্শাল আর্টিস্টের প্রথম পদক্ষেপটি হলো তার ডান কনুইটি ওপরের দিকে তুলে ধরা। এরপর শরীরের সমস্ত শক্তি একত্রিত করে, তিনি তার সেই কনুইটি সজোরে নিচের দিকে নামিয়ে আনেন এবং প্রতিপক্ষের মেরুদণ্ডের বক্ষদেশীয় অংশের (thoracic vertebrae) ওপর আঘাত করেন—আঘাতটি যেন দুই কাঁধের হাড়ের ঠিক মাঝখানে গিয়ে পড়ে, সেদিকে তিনি সর্বোচ্চ খেয়াল রাখেন (চিত্র ৭৮)। লক্ষ্য করুন যে, চিত্র ৭৭-এর বিপরীতে—এই চিত্রে তার হাঁটু দুটি ভাঁজ করা রয়েছে।

আরও লক্ষ্য করুন যে, তার পেটের পেশিগুলো সংকুচিত অবস্থায় আছে, যা তার কাঁধকে নিচের দিকে চালিত করে আঘাতের তীব্রতা বৃদ্ধি করেছে। এই সূক্ষ্ম বিষয়গুলো আঘাতের শক্তি বহুগুণ বাড়িয়ে তোলে; ফলে এই আঘাতটি মেরুদণ্ডের ঠিক সেই সংযোগস্থলটিকেই বিচ্ছিন্ন করে দেবে যেখানে এটি আঘাত হেনেছে।

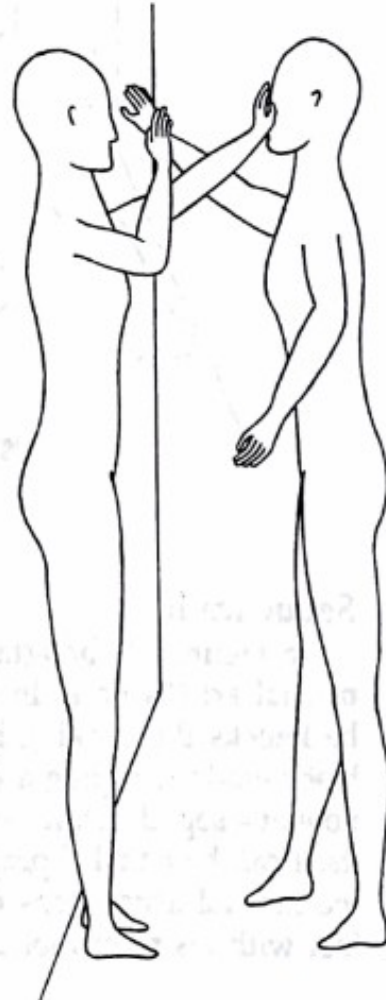
চিত্র ৭৯-এ প্রদর্শিত ভঙ্গিতে প্রতিপক্ষের পিঠের ওপর হাত রেখে, মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের পিঠকে স্থিরভাবে ধরে রেখে নিজের হাঁটু সজোরে ওপরের দিকে ঠিক প্রতিপক্ষের পেটের ওপর আঘাত করেন। আঘাতপ্রাপ্ত ব্যক্তি তখন হাঁটু গেড়ে মাটিতে লুটিয়ে পড়েন (এটি হবে আঘাতের ফলে সৃষ্ট ন্যূনতম প্রতিক্রিয়া)। এরপর মার্শাল আর্ট শিল্পী তার বাম পা এক পা পিছিয়ে নেন, প্রতিপক্ষের মাথাটি নিচের দিকে চেপে ধরেন এবং কনুই দিয়ে আরেকটি আঘাত হানার জন্য প্রস্তুত হন (চিত্র ৮০)।

পুনরায় হাঁটু দুটি সামান্য নিচু করে এবং শরীরের ওপরের অংশ সামনের দিকে ঝুঁকিয়ে, তিনি প্রতিপক্ষের মাথার খুলির ঠিক গোড়ায় কনুই দিয়ে চূড়ান্ত আঘাতটি হানেন (চিত্র ৮১)। এটি একটি সর্বোচ্চ তীব্রতার আঘাত যা মেরুদণ্ডের উপরের কশেরুকা স্থানচ্যুত করে দেবে। এর ফলে ষাট সেকেন্ডের মধ্যেই মৃত্যু ঘটবে।

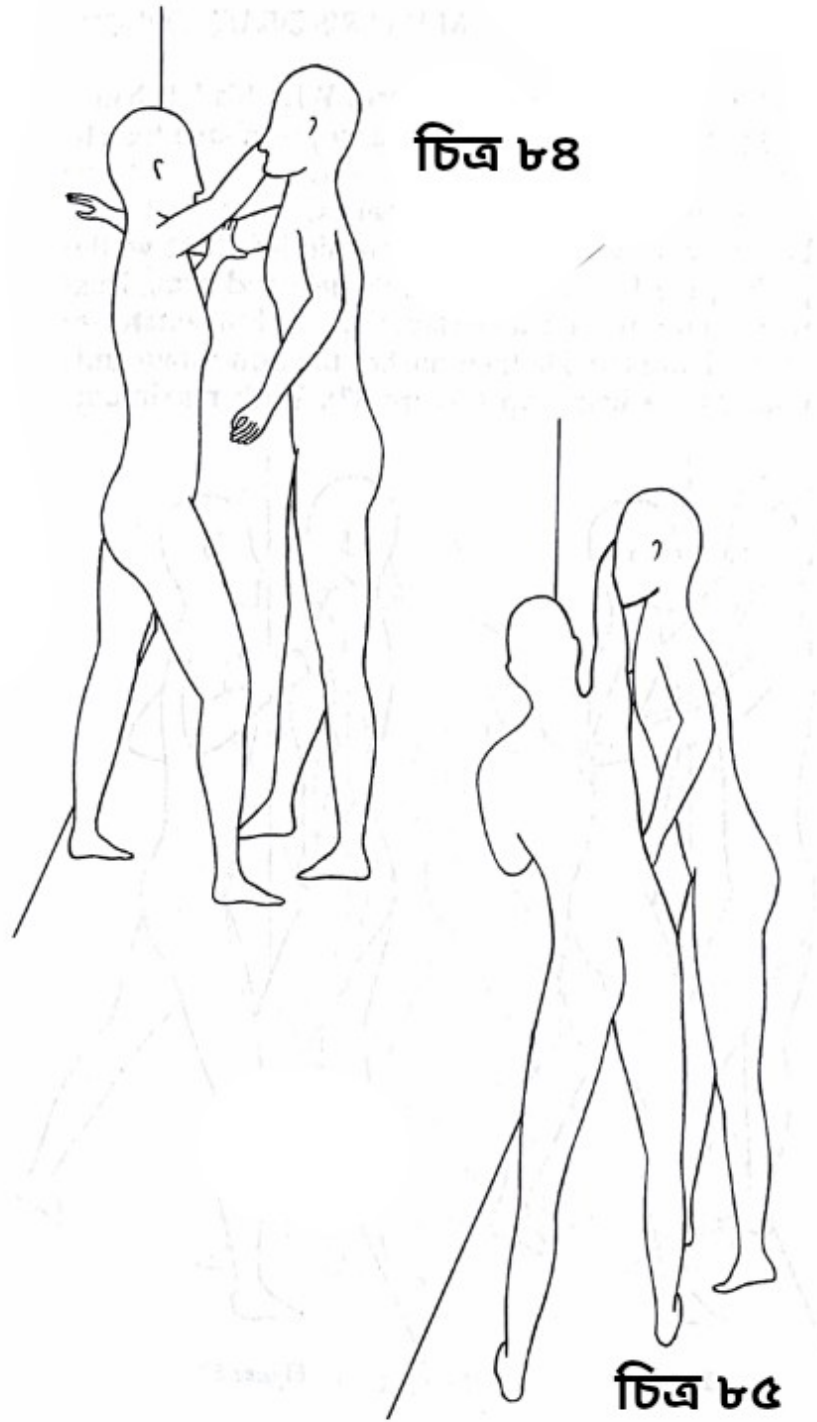
কৌশল ১০



চিত্র ৮২



চিত্র ৮৩

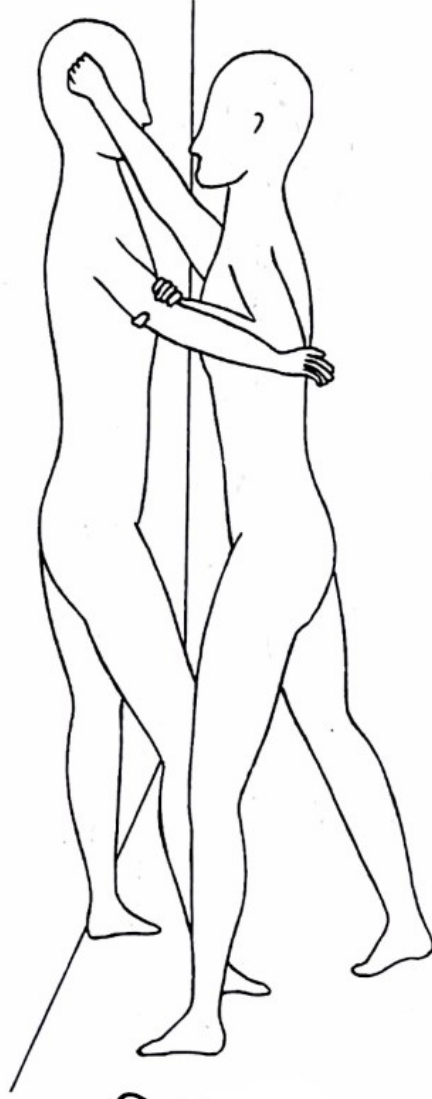


চিত্র ৮২-তে দেখা যাচ্ছে, আক্রমণকারী মার্শাল আর্টিস্টের গলা পেঁচিয়ে ধরে আছে। একই সাথে ও অত্যন্ত দ্রুত একটি চালের মাধ্যমে, মার্শাল আর্টিস্ট তার

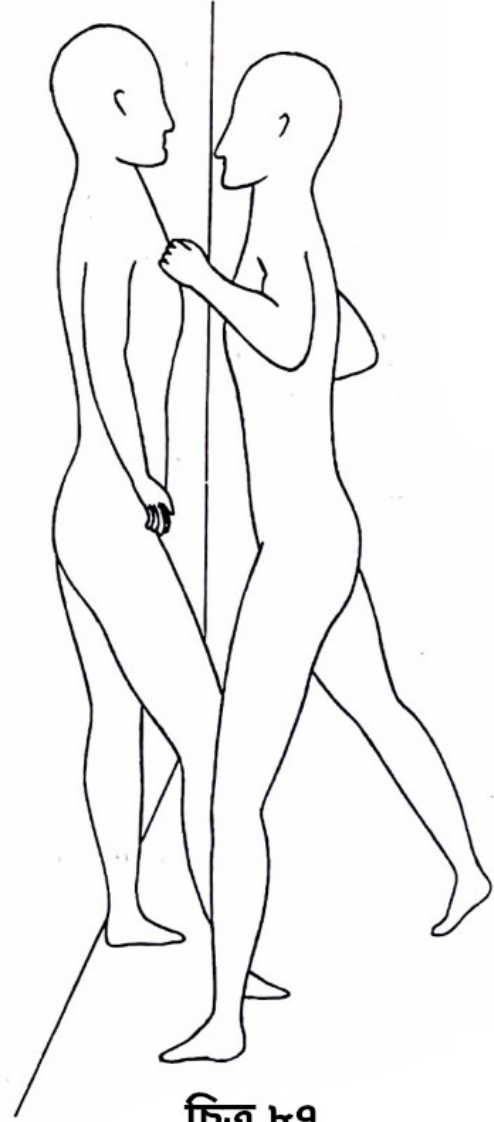
ডান হাতের তালু দিয়ে আঘাতকারীর শ্বাসরোধকারী হাতটিকে সরিয়ে দেন এবং ঠিক সেই মুহূর্তেই বাম হাতের তালু দিয়ে প্রতিপক্ষের নাকের মাঝখানের তরুণাস্থিতে (septal cartilage) সজোরে আঘাত করেন (চিত্র ৮৩)। সঠিকভাবে প্রয়োগ করা হলে, শুধুমাত্র এই একটি আঘাতই প্রাণঘাতী হতে পারে।

চিত্র ৮৪-তে, মার্শাল আর্টিস্ট তার ডান পা দিয়ে প্রতিপক্ষের বাম পায়ের বাইরের দিকে এক পা সরে যান এবং প্রতিপক্ষের মাথার বিপরীত দিকের এক গোছা চুল শক্ত করে মুঠোয় ধরেন। এরপর তিনি তার বাম হাত দিয়ে প্রতিপক্ষের ডান হাতের কনুইয়ের ঠিক ওপরের অংশটি আঁকড়ে ধরেন।

চিত্র ৮৫-তে, মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের চুল ও হাত সজোরে নিজের দিকে টেনে ধরার পাশাপাশি, তার বাম পা দিয়ে নিজের ডান পায়ের পাশ কাটিয়ে পেছনের দিকে সরে যান।

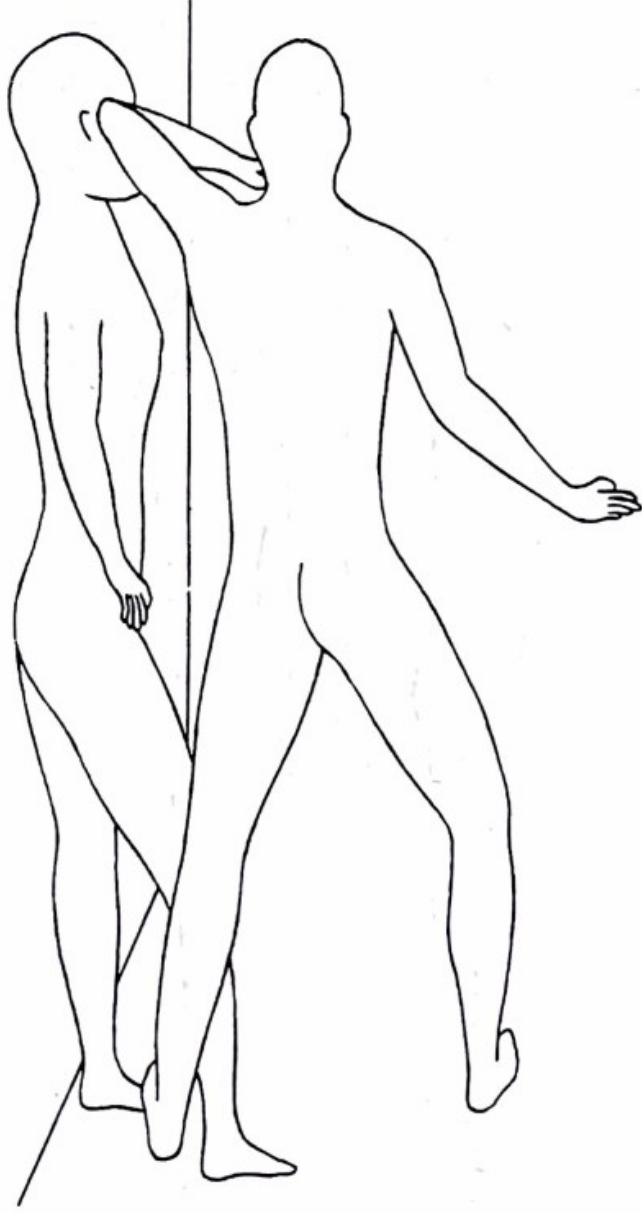


চিত্র ৮৬



চিত্র ৮৭

এই কৌশলের ফলে প্রতিপক্ষ প্রবল বেগে ঘুরে যায় এবং তার পিঠ সজোরে গিয়ে দেয়ালে আছড়ে পড়ে (চিত্র ৮৬)। এরপর সে হাতটি নিচে নামিয়ে চুলের আঁকড়ে ধরা অংশটি ছেড়ে দেয় (চিত্র ৮৭)।



চিত্র ৮৮

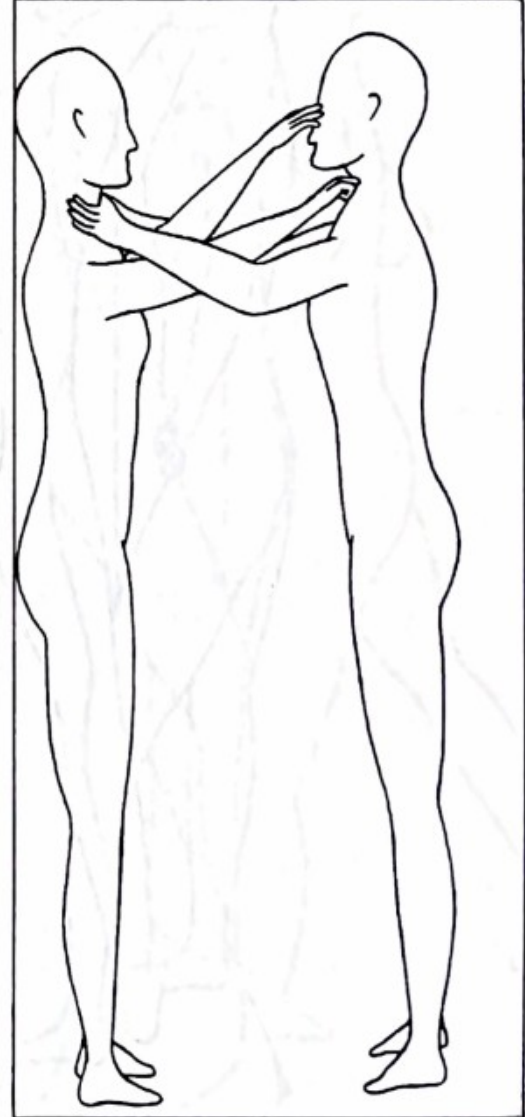
এরপর সর্বোচ্চ গতি ও শক্তি প্রয়োগ করে, মার্শাল আর্টিস্ট তার কনুই দিয়ে প্রতিপক্ষের কানের পাশের হাড় বা 'টেম্পল'-এ সজোরে আঘাত করেন—যেমনটি চিত্র ৮৮-তে প্রদর্শিত হয়েছে। লক্ষ্য করুন যে, কনুই দিয়ে আঘাতটি করার সময় মার্শাল আর্টিস্টের শরীরের অবস্থান ডান দিকে নব্বই ডিগ্রি ঘুরে যায়।

শরীরের এই ঘূর্ণনের ফলে আঘাতটির সাথে মার্শাল আর্টিস্টের শরীরের ওজন এবং কোমর ও উরুর শক্তি যুক্ত হয়, যা আঘাতের মোট তীব্রতা বা প্রভাবকে তিনগুণ বাড়িয়ে তোলে। সঠিকভাবে প্রয়োগ করা হলে, এই আঘাতটি মুহূর্তের মধ্যেই প্রতিপক্ষের মৃত্যু ঘটাতে সক্ষম।

কৌশল ১১



চিত্র ৮৯

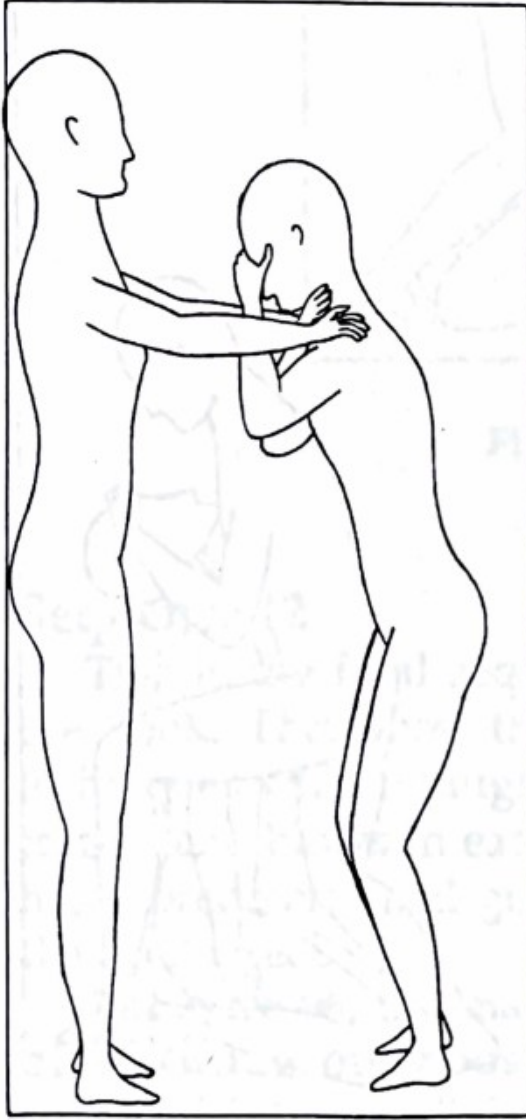


চিত্র ৯০

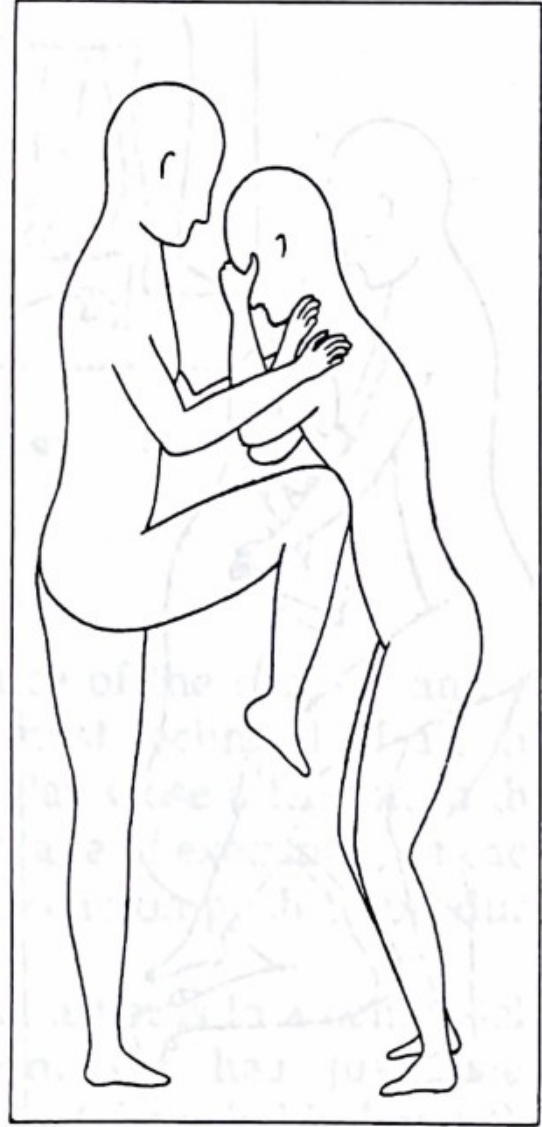
যেমনটি চিত্র ৮৯-এ দেখানো হয়েছে, এবার লড়াইটি একটি ছোট রুমের ভেতর সংঘটিত হয়—সম্ভবত এটি একটি ফোন বুথ, আলমারি বা লিফট।

আক্রমণকারী তার দুই হাত দিয়ে মার্শাল আর্টিস্টের গলা চেপে ধরেছে। মার্শাল আর্টিস্টের প্রথম প্রতিক্রিয়াটি হলো সর্বোচ্চ গতি ও শক্তি ব্যবহার করে একই সাথে দুটি আঘাত হানা—একটি হাতের নখ দিয়ে চোখে এবং অপরটি মুষ্টির অগ্রভাগ দিয়ে গলার সামনের অংশে (চিত্র ৯০)। এই দুটি আঘাতের তীব্রতায় প্রতিপক্ষ সানন্দে তার হাতের মুঠো বা গ্রিপ শিথিল করে দিতে বাধ্য হবে।

যখনই চোখে আঘাত লাগে, আঘাতপ্রাপ্ত ব্যক্তি নিজে নিজেই চোখ ঢাকতে বাধ্য হবে এমনকি যদিও স্পর্শটি হালকা ছোঁয়ার মতো সামান্যও তাহলেও।



চিত্র ১১



চিত্র ১২

আঘাতের ফলে প্রতিপক্ষ যখন নুয়ে পড়তে শুরু করে, তখন মার্শাল আর্ট শিল্পী তার দুই হাত প্রতিপক্ষের কাঁধের ওপর রাখেন, যেমনটি চিত্র ১১-এ প্রদর্শিত হয়েছে। এরপর তিনি তার হাঁটু সজোরে ওপরের দিকে তুলে প্রতিপক্ষের সোনার প্লেক্সাস' পেটের উপরিভাগে আঘাত করেন (চিত্র ১২)।



চিত্র ৯৩



চিত্র ৯৪

আগের দুটি আঘাত এবং এই হাঁটুর আঘাতের ফলে, প্রতিপক্ষ মাটিতে লুটিয়ে পড়ার উপক্রম হয় (চিত্র ৯৩)। প্রতিপক্ষ যখন নিচে পড়ে যাচ্ছে, তখন মার্শাল আর্টিস্ট তার ডান পা দিয়ে প্রতিপক্ষের পেছনে গিয়ে অবস্থান নেন; এর উদ্দেশ্য হলো—প্রয়োজন সাপেক্ষে চূড়ান্ত আঘাতটি হানার জন্য প্রতিপক্ষকে ধরে রাখা বা অবলম্বন দেওয়া।

চিত্র ৯৪-এ যেমনটি দেখা যাচ্ছে, তিনি প্রতিপক্ষের কপালে এক হাতের ওপর অন্য হাতটি স্থাপন করেন এবং তার তর্জনী দুটি প্রতিপক্ষের ক্র-এর ওপর নির্দিষ্ট স্থানে রাখেন।



চিত্র ৯৫

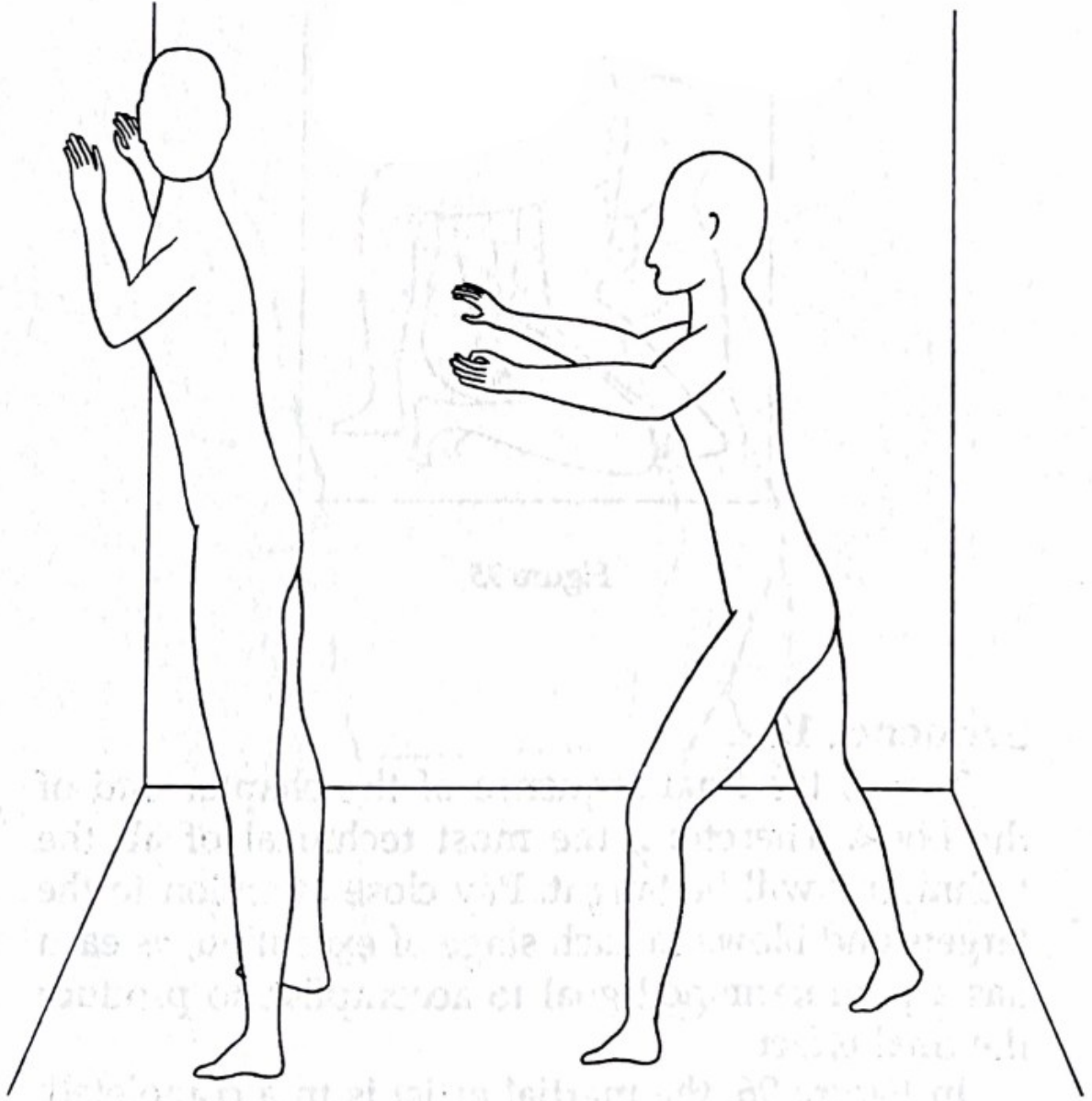
এরপর তিনি তার শরীরের সম্পূর্ণ ওজন নিচের দিকে ছেড়ে দেন এবং একই সাথে দুই হাত দিয়ে সজোরে নিচের দিকে টান দেন; এর ফলে প্রতিপক্ষের মাথাটি একই সাথে পেছনের দিকে এবং নিচের দিকে প্রবলভাবে বেঁকে যায় (চিত্র ৯৫)।

এই প্রক্রিয়ায় ঘাড়ের কশেরুকা বা হাড়গুলো স্থানচ্যুত হয়ে যায়, যার ফলে তাৎক্ষণিকভাবে মৃত্যু ঘটে। এই কৌশলটি অনুশীলন করার সময় অত্যন্ত সতর্ক থাকুন। একবার ঘাড়ের কশেরুকাগুলো পেছনের দিকে আটকে গেলে, নিচের দিকে সামান্য চাপ প্রয়োগ করলেই অপরিবর্তনীয় বা স্থায়ী ক্ষতি হয়ে যেতে পারে; আর প্রাণঘাতী ফলাফল ঘটাতে এর চেয়ে খুব বেশি অতিরিক্ত চাপের প্রয়োজন হয় না।

কৌশল ১২

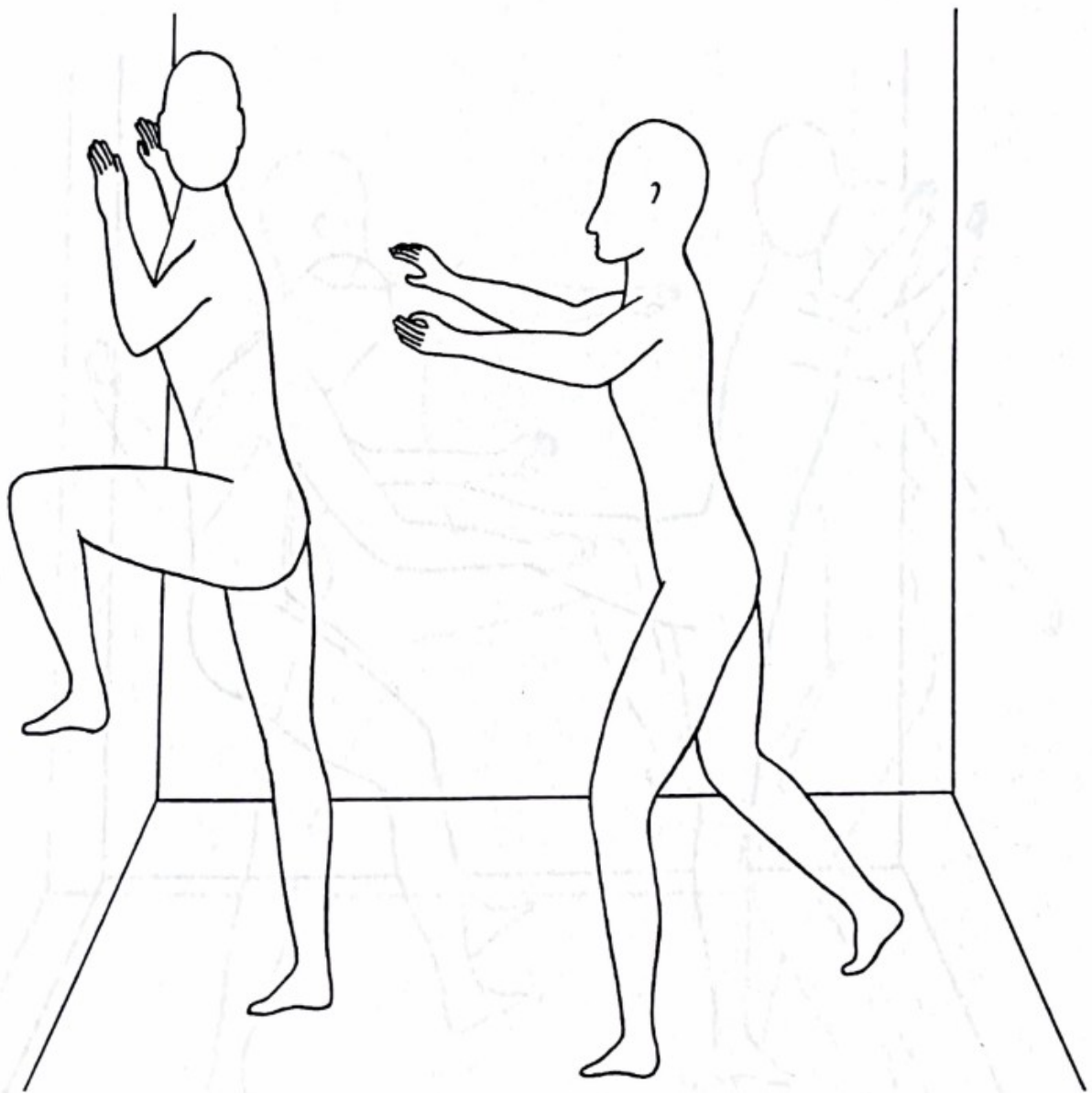
এটি এই অধ্যায় এবং বইয়ের শেষ কৌশল। তাই, সমস্ত কৌশলের মধ্যে সবচেয়ে কারিগরি কৌশলটি শেখানো হবে।

প্রয়োগের প্রতিটি পর্যায়ে লক্ষ্যবস্তু এবং আঘাতের দিকে গভীর মনোযোগ দিন, কারণ চূড়ান্ত ফল লাভের জন্য প্রতিটিরই একটি পূর্বনির্ধারিত লক্ষ্য রয়েছে।



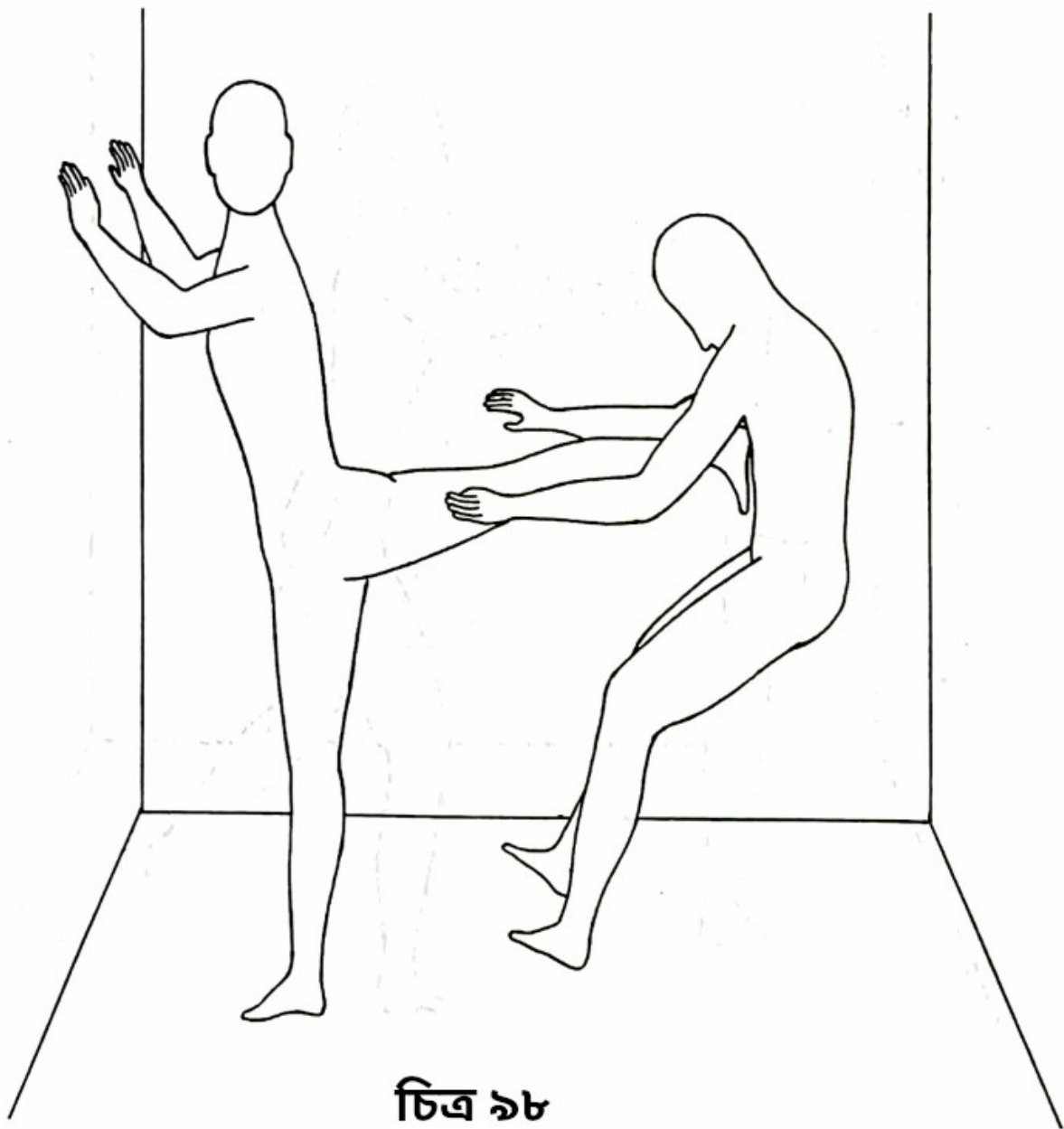
চিত্র ৯৬

চিত্র ৯৬-এ, মার্শাল আর্টিস্ট সম্পূর্ণ প্রতিকূল অবস্থানে আছেন। তাকে এইমাত্র পেছন থেকে মুখ খুবড়ে দেওয়ালে আছড়ে ফেলা হয়েছে এবং আক্রমণকারী পেছন থেকে তেড়ে আসছে।



চিত্র ৯৭

চিত্র ৯৭-এ দেখানো অনুযায়ী, মার্শাল আর্টিস্ট তার বাম পা গুটিয়ে নেন।

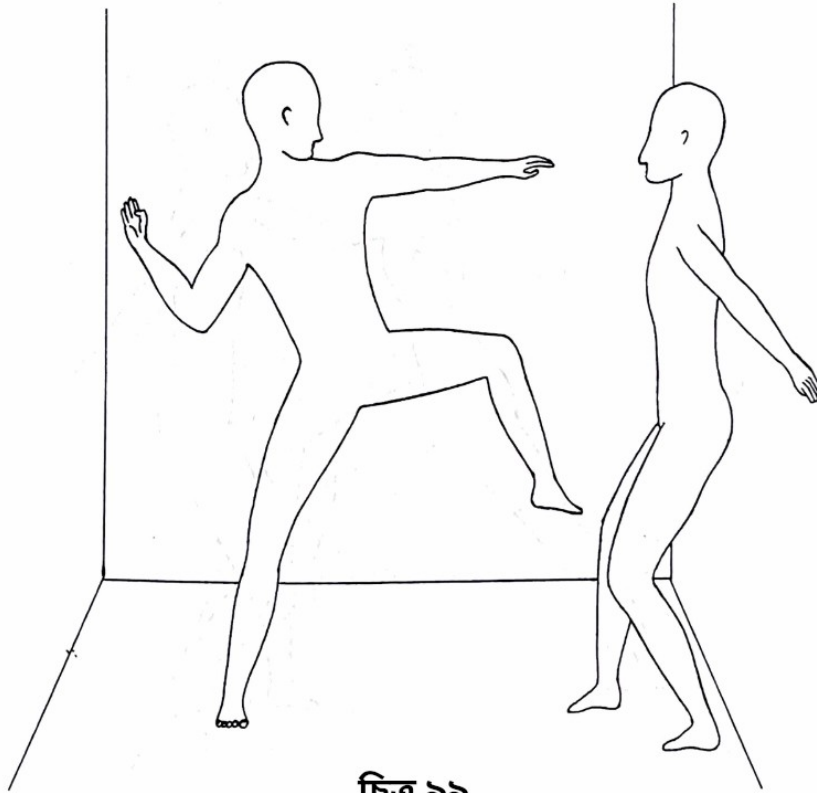


চিত্র ৯৮

সম্পূর্ণ শক্তি এবং সর্বোচ্চ গতিতে, তিনি পেছন দিকে একটি লাথি মারেন এবং একই সাথে আঘাতের মোট প্রভাব বাড়ানোর জন্য দেওয়াল থেকে নিজেকে দূরে ঠেলে দেন (চিত্র ৯৮)।

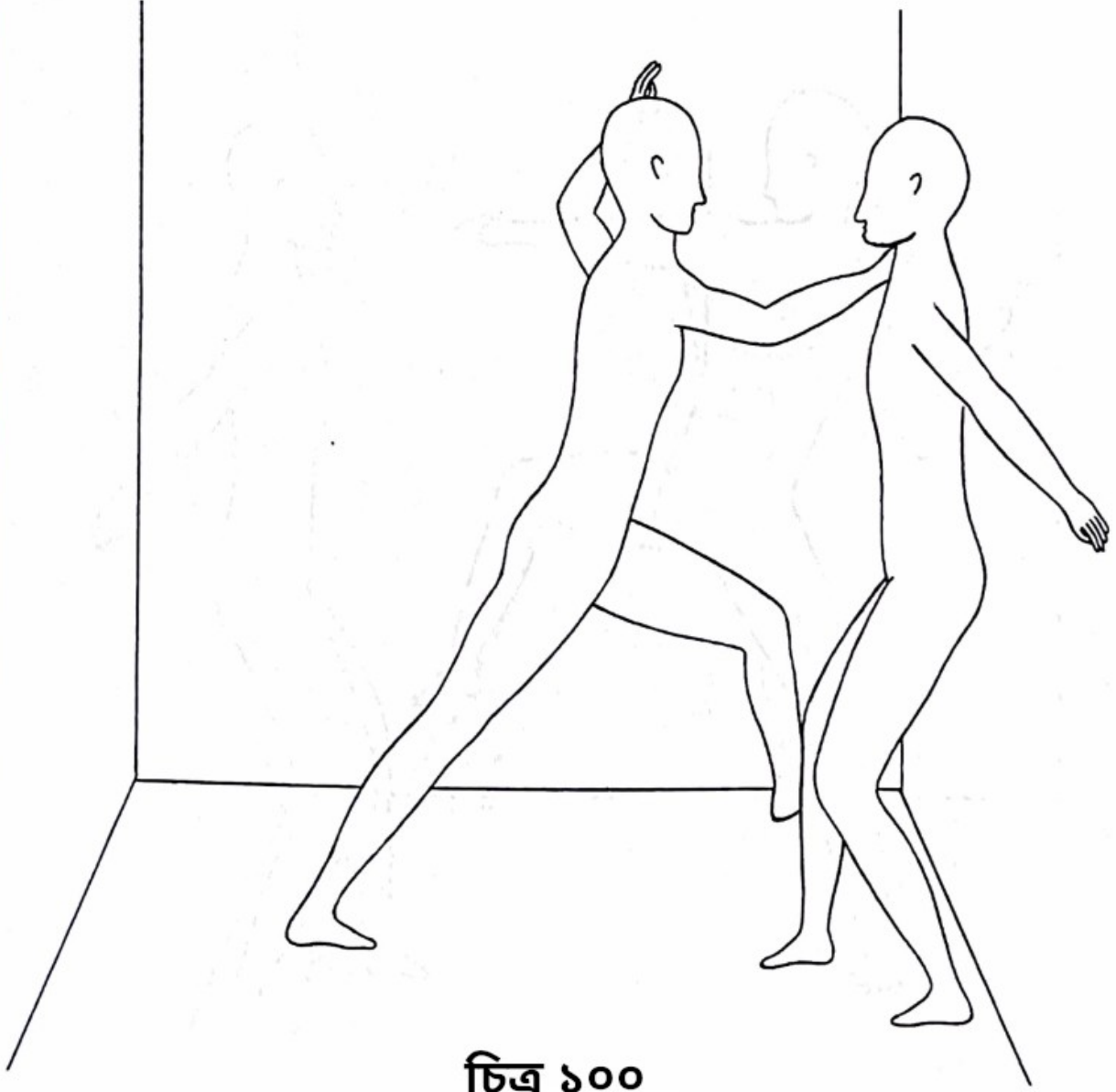
গোড়ালির স্পর্শবিন্দুর দিকে ভালোভাবে লক্ষ্য করুন—লাথিটি স্টারনামের (বুকের হাড়) নিম্ন কেন্দ্রবিন্দুতে লেগেছে। এটি স্টারনামকে ফাটিয়ে দেবে এবং ক্ল্যাভিকলের স্টারনাল আর্টিকুলেশনকে (বুকের হাড়ের সংযোগস্থল) দুর্বল করে দেবে।

(এই কৌশলে চিত্রিত পরিস্থিতির মতো ঘনিষ্ঠ পরিসর না থাকলে, মার্শাল আর্টিস্ট পরবর্তী কৌশলগুলো দিয়ে প্রতিপক্ষকে শেষ করে দেওয়ার সুযোগ কখনোই পেতেন না। লাথির শিকার ব্যক্তিটি মাটিতে পা না দিয়েই সোজা পাঁচ থেকে দশ ফুট পেছনে ছিটকে যেত। যখন সে মাটিতে পড়ত, তখন সে গড়াতে গড়াতে পেছনে যেতে থাকত। তাকে আবার আঘাত করার জন্য মার্শাল আর্টিস্টকে তার পিছু ধাওয়া করতে হতো। ভর দিয়ে করা একটি ব্যাক কিক (Back Kick) অত্যন্ত শক্তিশালী হয়।)



চিত্র ৯৯

চিত্র ৯৯-এ, প্রতিপক্ষ বিপরীত দিকের দেয়ালে আঘাত করেছে। মার্শাল আর্টিস্ট লাথি মারা পা দিয়ে তার দিকে এগিয়ে যান এবং একটি ওভারহ্যান্ড বেগ তৈরি করেন।



চিত্র ১০০

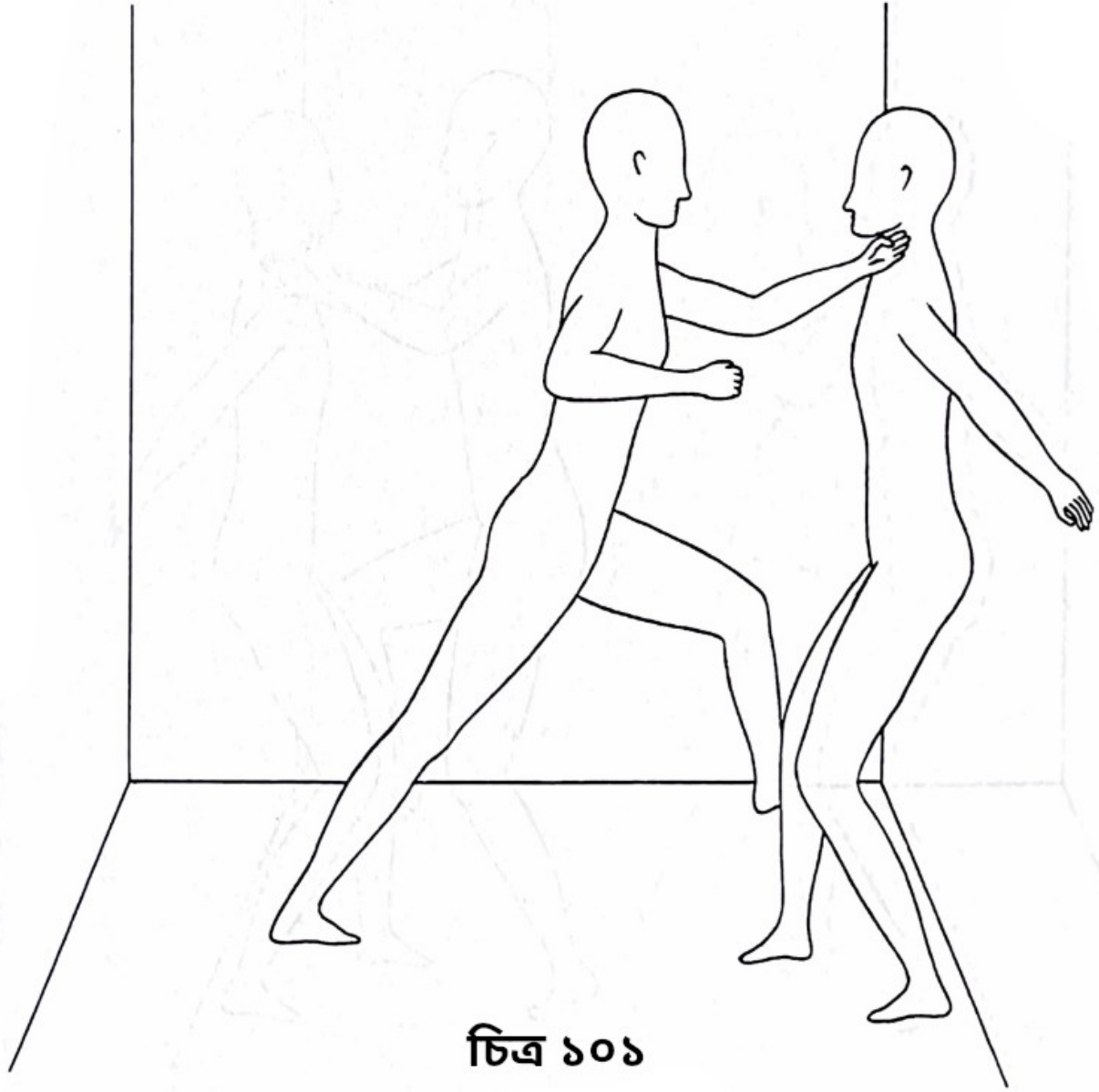
চিত্র ১০০-তে, তার পা মাটিতে পড়ার সাথে সাথেই তিনি প্রচন্ড বেগে আঘাত করেন — লক্ষ্য হলো কলারবোনের সংযোগস্থলের বুকের দিকের প্রান্তভাগ।

(আপনার শরীরে এর অবস্থান অনুভব করার জন্য, আপনার আঙুলগুলো ঘাড়ের একেবারে নিচের প্রান্তে রাখুন। ঘাড় যেখানে স্টারনামের (বুকের হাড়) সাথে মিলিত হয়, সেই গর্তটিই হলো সুপ্রাস্টার্নাল নচ। আপনার আঙুলগুলো কাঁধের দিকে প্রায় দুই ইঞ্চি সরান। প্রচন্ড বেগে আঘাত করার জন্য এটাই আপনার লক্ষ্যস্থল।)

এর উদ্দেশ্য হলো স্টারনামের যতটা সম্ভব কাছাকাছি ক্ল্যাভিকল (ঘারের হাড়) ভেঙে ফেলা বা স্থানচ্যুত করা, এবং পরবর্তী কোনো চালের জন্য ভাঙা হাড়টিকে যথাসম্ভব বেশিক্ষণ রেখে দেওয়া। এই পর্যায়ে একটি সতর্কবাণী দেওয়া প্রয়োজন।

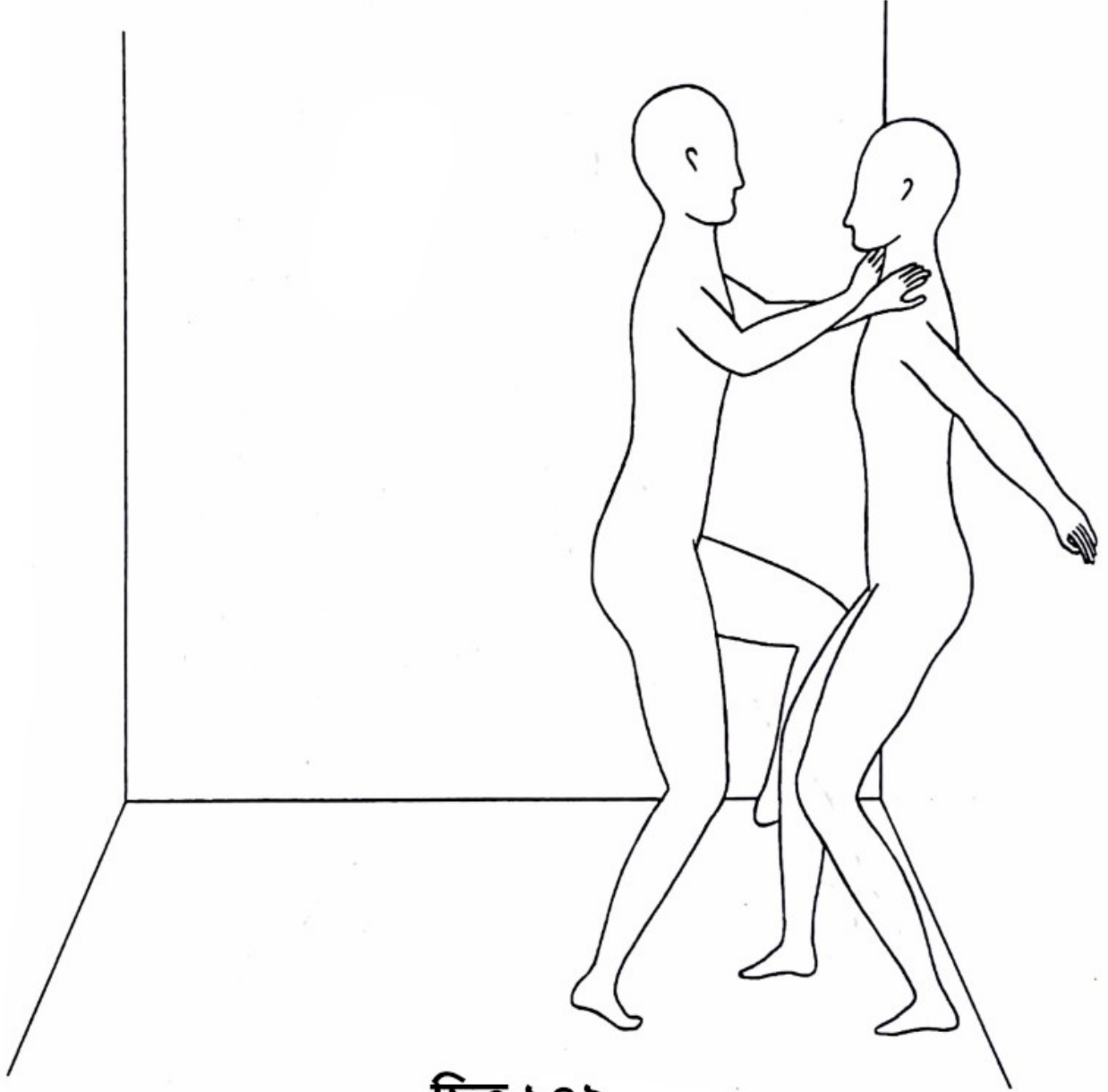
প্রশিক্ষণের সময় বা কোনো সংঘর্ষের মুহূর্তে এই দীর্ঘ-আঘাতের বল প্রয়োগ করার সময়, আপনার হাতের সঠিক অংশ দিয়ে আঘাত করা নিশ্চিত করুন। বল প্রয়োগ করার সময় যদি আপনি সঠিকভাবে আঘাত না করেন, তাহলে আপনার হাতের চতুর্থ মেটাকার্পাল হাড়টি ভেঙে যাওয়ার সম্ভাবনা থাকে। এই আঘাতের তীব্রতা মেটাকার্পাল কাঠামোর শক্তির চেয়ে অনেক বেশি। (এই বিষয়টি ‘আয়রন হ্যান্ড অফ দ্য ড্রাগন’স টাচ’-এ বিস্তারিতভাবে আলোচনা করা হয়েছে)।

আপনি যদি চিত্র ১০০-এর দিকে ফিরে তাকান, লক্ষ্য করুন যে প্রথম বল প্রয়োগ করে আঘাত করার মুহূর্তে, বাম দিকে বল প্রয়োগ করে দ্বিতীয় আঘাতের জন্য প্রস্তুত থাকে।



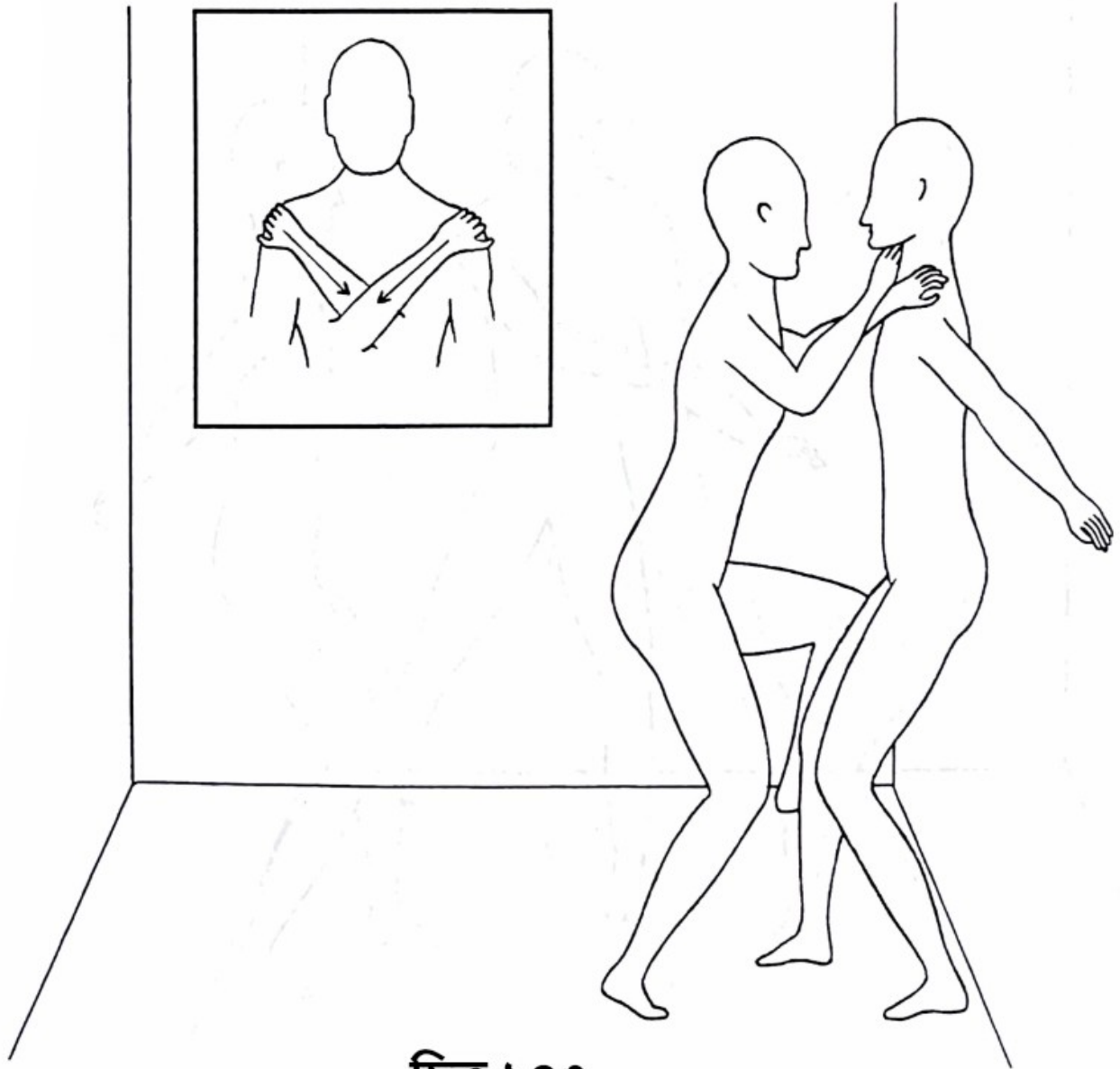
মার্শাল আর্টিস্ট প্রথম বল প্রয়োগের ঠিক একই জায়গায় সেই আঘাতটি করেন, তবে এবার শরীরের বাম দিকে (চিত্র ১০১)।

তিনি এখন স্টারনাম (sternum) ভেঙেছেন এবং উভয় পাশের ক্ল্যাভিকল (clavicle) ভেঙেছেন। শারীরবৃত্তীয় বিপদের দিক থেকে, এখন দুটি হাড়, সম্ভবত ধারালো প্রান্তসহ, প্রতিপক্ষের শরীরের ভিতরে শ্বাসনালী (trachea), খাদ্যনালী (esophagus), মহাধমনী (aorta) এবং ঊর্ধ্ব মহাশিরা (superior vena cava)-র কাছাকাছি আলগাভাবে ঝুলছে।



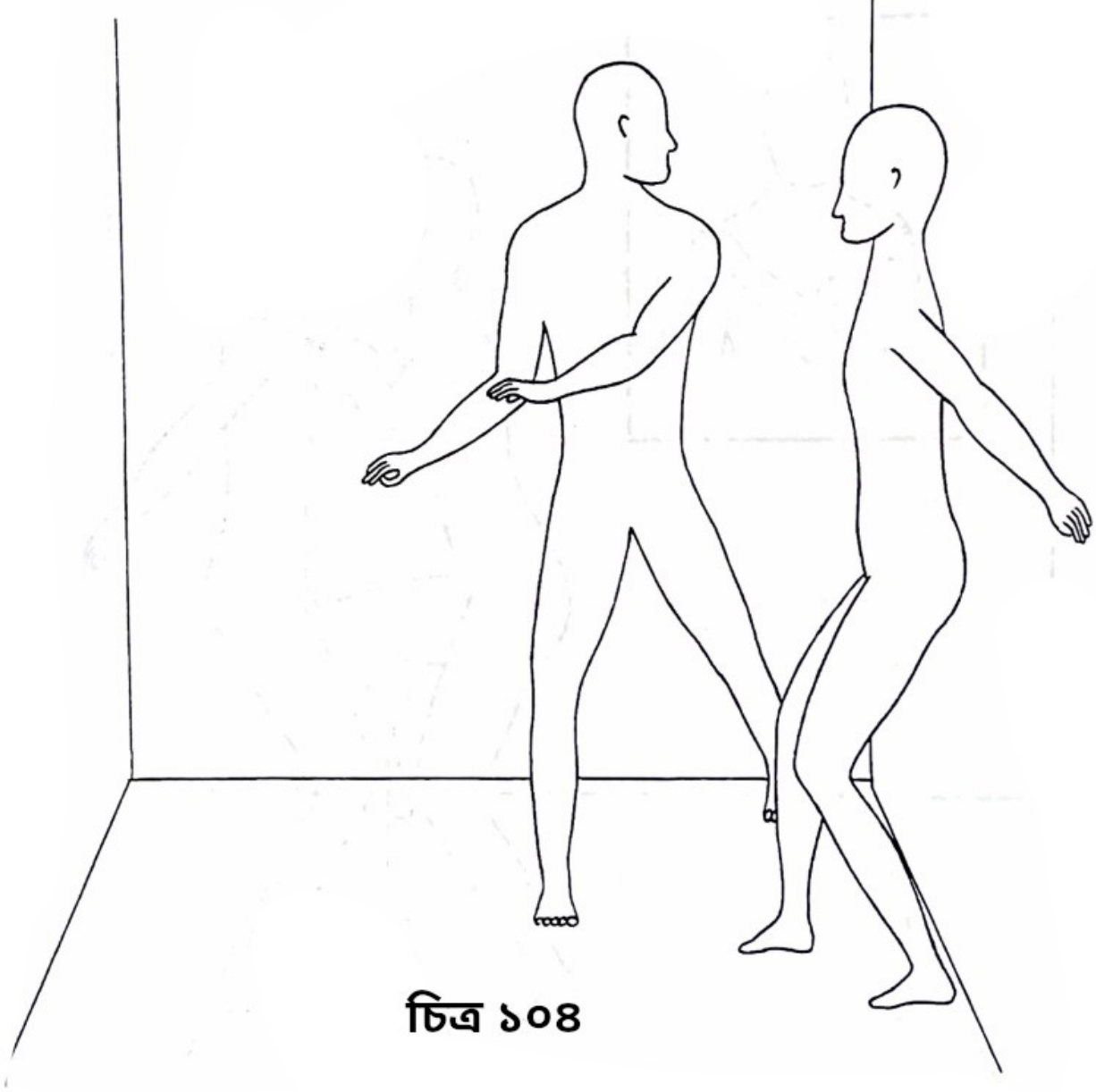
চিত্র ১০২

চিত্র ১০২-এ, মার্শাল আর্টিস্ট প্রতিপক্ষের বুকের কাছে তার হাত দুটি আড়াআড়ি করে রাখেন, প্রতিটি হাত ডেল্টয়েড (deltoid) পেশীর উপর স্থাপন করেন (স্পষ্টীকরণের জন্য ইনসেট দেখুন)।



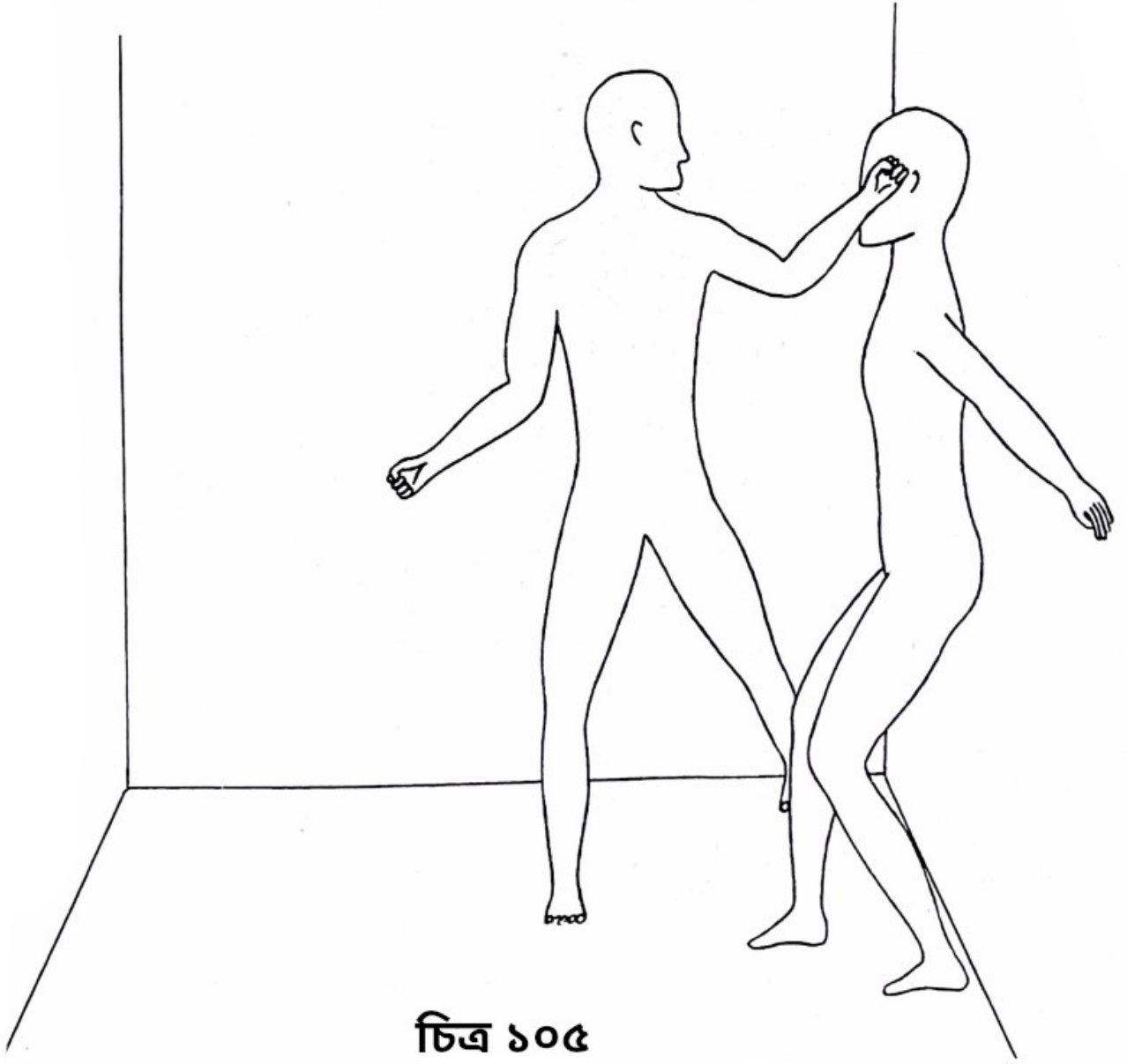
চিত্র ১০৩

পায়ের ভাঁজ এবং প্রতিপক্ষের বুকের সাথে হাতের নৈকট্য লক্ষ্য করুন। এরপর তিনি ডেল্টয়েড পেশী ধরে আড়াআড়ি এবং নিচের দিকে টানেন, এবং এই নড়াচড়ার সাথে ধড়টিকে নিচে নামিয়ে আনেন (চিত্র ১০৩)।



চিত্র ১০৪

চিত্র ১০৪-এ, মার্শাল আর্টিস্ট ডানদিকে ঘুরে তার হাত দুটি পেছনে নিয়ে আসেন।



তিনি প্রতিপক্ষের কানের পাশে একটি ব্যাকহ্যান্ড আঘাত হানেন (চিত্র ১০৫)। পূর্ব কৌশলের মারাত্মক প্রভাব বিবেচনায়, এই চূড়ান্ত আঘাতকে শুধুমাত্র একটি নিরাপত্তা ব্যবস্থা হিসেবে নেওয়া হয়। তবুও প্রতিপক্ষ যদি তখনও মাটিতে পড়ে না গিয়ে থাকে, তবে এটি অবশ্যই পূর্ণ শক্তিতে করা উচিত।

শেষ কথা

এমন অনেক পরিস্থিতি আসে, যখন একজন মানুষকে বাধ্য হয়েই প্রাণঘাতী হয়ে উঠতে হয়। এই ধরনের মুখোমুখি সংঘাতযেখানে, হয় মারতে হয় নয় মরতে হয়। এইরকম চরম মুহূর্ত, যখন একজন মানুষকে তার জীবনের সবচেয়ে ভয়াবহ ও অস্বহীন শারীরিক লড়াইয়ের মুখোমুখি হতে হয়।

টিকে থাকার জন্য তাকে অবশ্যই এমন সব প্রাণঘাতী মার্শাল আর্ট কৌশল নিখুঁতভাবে প্রয়োগ করতে জানতে হবে, যা পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে এনে তার উদ্দেশ্য সাধন করতে সক্ষম।

'মাস্টারস ডেথ টাচ' (Master's Death Touch) বইটি আত্মরক্ষার সেই প্রাণঘাতী ও ভয়ংকর দিকটির মূল এবং ধ্বংসাত্মক মৌলিক বিষয়গুলোর গভীরে প্রবেশ করে।

মাস্টার হেই লং প্রতিপক্ষের শরীরের প্রধান লক্ষ্যস্থলগুলো বর্ণনা করেন এবং এমন সব শারীরিক বৈশিষ্ট্য শনাক্ত করার উপায় বাতলে দেন, যা নির্দিষ্ট কিছু কৌশলের প্রাণঘাতী কার্যকারিতাকে সীমিত করে দিতে পারে।

এরপর তিনি এমন যেকোনো আক্রমণকারীকে পরাস্ত করার লক্ষ্যে হাত, পা, কনুই এবং হাঁটুর নির্মম ও নির্দয় ব্যবহারের রূপরেখা তুলে ধরেন যে আক্রমণকারী আপনার প্রাণনাশে কিংবা মারাত্মক ক্ষতি সাধনে বদ্ধপরিকর।

যুদ্ধক্ষেত্রেই হোক, কোনো লিফটের ভেতরেই হোক, কিংবা রাজপথের মাঝেই হোক—'মাস্টারস ডেথ টাচ' আত্মরক্ষার কৌশলকে তার সবচেয়ে নৃশংস ও চরম পর্যায়ে নিয়ে যায়। এটি মূলত প্রাণঘাতী লড়াইয়ের এক বাস্তবসম্মত পাঠ।